



	献立	材	料	おやつ		献立	材	料	おやつ
15 ・ 29	ごはん 焼き魚 白菜と油揚げの煮物	米 鯖 みりん 醤油 酒 白菜 (油揚げ) 人参 (こんにゃく) 大根 砂糖 醤油		ねぎ焼き 小麦粉 青葱 卵 干しエビ 鰹節 醤油 油	22	ごはん お好みビーフン 胡瓜の酢漬け	豚肉 キャベツ ビーフン 人参 ピーマン 胡麻油 醤油 油 胡瓜 酢 砂糖 醤油		小豆入パウンドケーキ 小麦粉 卵 砂糖 ゆで小豆缶 おから マーガリン ベーキングパウダー 牛乳
(月)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 昆布 味噌		牛乳	(月)	味噌汁	麩 (さつま揚げ) 青葱 昆布 味噌		
16 ・ 30	ごはん 豚肉と野菜の ケチャップ炒め ブロッコリー	米 豚肉 水煮大豆 ジャガ芋 玉葱 人参 キャベツ コンソメ 油 ケチャップ ブロッコリー		(16日)五穀パン (30日)野菜汁 (もち) 人参 大根 法蓮草 昆布 白味噌 牛乳	9 ・ 23	ごはん 煮魚 切干大根	米 鯖 砂糖 醤油 酒 切干大根 (油揚げ) 人参 グリンピース 砂糖 醤油		肉うどん うどん 豚肉 砂糖 醤油 青葱 昆布 鰹節 砂糖 醤油
(火)	味噌汁	大根 (油揚げ) 昆布 味噌		牛乳	(火)	味噌汁	白菜 玉葱 昆布 味噌		牛乳
17 ・ 31	ごはん 鶏の照り煮 煮物	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 南瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油		マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	24	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ	米 豆腐 豚ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 マカロニ 人参 (ハム) 玉葱 胡瓜 マヨネーズ		カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉
(水)	澄まし汁	豆腐 わかめ 青葱 昆布 鰹節 醤油		牛乳	(水)	味噌汁	大根 (しめじ) 青葱 昆布 味噌		牛乳
4 ・ 18	ごはん だしまき玉子 ひじきの煮物	米 卵 昆布出し汁 薄口醤油 ひじき 人参 薩摩芋 (油揚げ) 砂糖 醤油 油		梅おにぎり 米 梅干し 白胡麻	11 ・ 25	ごはん 高野豆腐の煮物 のっぺい汁	米 高野豆腐 人参 グリンピース (舞茸) (こんにゃく) 玉葱 (油揚げ) 砂糖 醤油 鶏こま 大根 人参 里芋 法蓮草 昆布 鰹節 醤油 片栗粉		じゃがもち じゃが芋 人参 豚ミンチ コーン 片栗粉 塩 油
(木)	味噌汁	麩 玉葱 人参 昆布 味噌		牛乳	(木)				牛乳
5 ・ 19	ごはん お煮しめ (19日)おでん	鶏肉 大根 蓮根 ごぼう 金時人参 里芋 (こんにゃく) 砂糖 醤油 大根 ジャガ芋 人参 (こんにゃく) うずら卵 (竹輪) 豆腐 (厚揚げ) 砂糖 醤油 昆布		和風ラスク 食パン マーガリン 青のり	12 ・ 26	カレーライス 野菜サラダ	米 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 油 カレールウ コンソメ 小麦粉 キャベツ 人参 胡瓜 (ハム) チーズ 砂糖 醤油 酢 胡麻油		バナナ2/3 ウエハース2枚
(金)	味噌汁	ソーメン 白菜 青葱 昆布 味噌		牛乳	(金)				牛乳
6 ・ 20	わかめうどん 南瓜煮	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 油 (かまぼこ) 青葱 昆布 鰹節 砂糖 醤油 南瓜 砂糖 醤油		ぶどうパン	13 ・ 27	かしわうどん 野菜の煮物	うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油 薩摩芋 人参 玉葱 砂糖 醤油		バターロール 牛乳
(土)				牛乳	(土)				牛乳
備 考	10日(水)もちつき大会 (おやつ) *バナナ1本 *牛乳	17日(水)保育参加 *ごはん 米 *鶏の照り煮 鶏もも肉 砂糖 醤油 *煮物 南瓜40 人参10 砂糖1 醤油2 *澄まし汁 豆腐 わかめ 青葱 昆布 鰹節 醤油		(おやつ) *マカロニのきな粉和え *牛乳		24日(水)お誕生日会 *ごはん 米 *豆腐ハンバーグ 豆腐 豚ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 *マカロニサラダ マカロニ 人参 (ハム) 胡瓜 玉葱 マヨネーズ *味噌汁 大根 (しめじ) 青葱 昆布 味噌			(おやつ) *カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 *牛乳

\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

\*保育園では、ひよこぐみ・あひるぐみは、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ベーコンハム、油揚げ、厚揚げは、味が濃く噛みにくいので抜いています。  
( )は、ひよこぐみ・あひるぐみが抜く食材です。