

	(月)12・26	(火)13・27	(水)14・28	(木)1・15	(金)2・16・30	(土)17
献立と食材	・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん 混合だし しょうゆ ・鶏もも照り焼き ・れんこん金平 れんこん 人参 ビーマン さとう しょうゆ 油 ・ポテトサラダ ポテトベース 塩 人参 胡瓜 マヨネーズ お魚ソーセージ	・ごはん ・豚汁 豚肉 玉葱 しめじ だし昆布 だしかつお 味噌 ・赤魚西京焼き ・切干大根煮 切干大根 人参 油揚げ だしかつお さとう しょうゆ 絹さや ・高野豆腐のフライ	・ごはん ・ビーフシチュー 牛肉 キ玉葱 人参 ジャガイモ マッシュルーム ビーフシチュールーウ ・ウィンナー ・チーズ ・カリフラワーサラダ カリフラワー 人参 ポークハム ドレッシング	・豚肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん 混合だし しょうゆ だし昆布 ・鶏肉の旨煮 鶏肉 ごぼう たけのこ 人参 むぎ枝豆 さとう しょうゆ ・ひじき餃子(揚げ) ・小松菜の和え物 小松菜 人参 油揚げ しょうゆ	・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・カレイフライ ・ポークビーンズ 豚肉 人参 大豆水煮 ジャガイモ むぎ枝豆 トマトケチャップ コンソメ ・チンゲン菜のナムル チンゲン菜 コーン もやし しょうゆ さとう ごま油	・中華そば 冷凍ラーメン 豚肉 人参 白菜 太もやし 中華スープ ガラスープ 青ねぎ 味噌
	・牛乳 ・パインケーキ (パイン缶 ホットケーキ ミックス マーガリン 卵 砂糖)	・牛乳 ・豆腐のもちもちパン (ホットケーキミックス 豆腐 砂糖)	・牛乳 ・お菓子	・牛乳 ・コンソメラスク (食パン コンソメ サ ラダ油)	・牛乳 ・プリン	・お菓子
延長保育	パン	ジュース・お菓子	バナナ	バームクーヘン	ドーナツ	
	(月)5・19	(火)6・20	(水)7・21	(木)8・22	(金)9・23	(土)10・24
献立と食材	・ごはん ・味噌汁 油揚げ 豆腐 青ねぎ だし昆布 だしかつお 味噌 ・いわし紀州煮 ・南瓜のそぼろ煮 南瓜 鶏ミンチ さとう だしかつお しょうゆ 絹さや 片栗粉 ・ほうれん草ごま和え ほうれん草 人参 ちくわ さとう しょうゆ すりごま	・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・キャベツメンチカツ ・ナポリタン スパゲティ ビーマン ササミ水煮 ケチャップ マッシュルーム 油 ・ブロッコリーサラダ 人参 ドレッシング ブロッコリー	・ごはん ・カレーシチュー 豚肉 ジャガイモ 人参 玉葱 グリーンピース カレールウ ・ミートボール ・チーズ ・アスパラサラダ アスパラ 人参 ドレッシング	・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん 混合だし しょうゆ だし昆布 ・さばの味噌煮 ・ひじき炒り煮 ひじき 油揚げ 人参 むぎ枝豆 さとう しょうゆ だしかつお ・三度豆のかつお和え 三度豆 人参 しょうゆ 花かつお	・ごはん ・中華スープ ワカメ 人参 えのき ガラスープ しょうゆ ・麻婆豆腐 豚ミンチ 人参 竹の子 赤だしみそ さとう しょうゆ 片栗粉 青ねぎ 豆腐 ・ちくわの磯辺揚げ ・キャベツサラダ キャベツ 人参 ツナ ドレッシング	・きつねうどん 冷凍うどん 油揚げ 人参 青ねぎ かつおだし さとう しょうゆ
	・牛乳 ・お菓子	・牛乳 ・味噌焼きおにぎり (ごはん 味噌 花かつ お)	・牛乳 ・じゃこサンド (食パン ちりめんじゃ こ マヨネーズ 青の り)	・牛乳 ・野菜ジュース蒸しパン (ホットケーキミックス 野菜ジュース 砂糖 サ ラダ油)	・牛乳 ・バナナ	・お菓子
延長保育	カステラ	バナナ	ドーナツ	お菓子	パン	

《アスパラガスについて》

アスパラガスは春から初夏にかけてが旬です。ビタミン類やカリウムなどを多く含んでいますが茹でてでも流しにくい特徴があります。また、疲労回復やスタミナ増強に効果のあるアミノ酸も豊富に含まれています。旬のアスパラガスは甘味が強いので、油でさっと炒めたり、塩茹でにしたり、シンプルな調理法でいただきます♪

※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

