

	(月) 13・27	(火) 14・28	(水) 1・15・29	(木) 2・16・30	(金) 3・17	(土) 4・18
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ</li> <li>スープの素 牛乳</li> <li>・ハンバーグ</li> <li>・ポークビーンズ</li> <li>豚肉 大豆水煮 人参</li> <li>じゃが芋 玉葱 むき枝豆</li> <li>トマトケチャップ コンソメ</li> <li>・カリフラワーサラダ</li> <li>カリフラワー 豆苗 人参</li> <li>ササミフレーク</li> <li>青じそドレッシング</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん</li> <li>ゆでうどん 牛肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・かぼちゃ煮</li> <li>かぼちゃ さとう しょうゆ</li> <li>だし昆布 かつおだし</li> <li>・小松菜煮びたし</li> <li>小松菜 しょうゆ</li> <li>だし昆布 かつおだし</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ビーフシチュー</li> <li>牛肉 じゃが芋</li> <li>人参 玉葱</li> <li>マッシュルーム</li> <li>ビーフシチュールウ</li> <li>・ウィンナー</li> <li>・チーズ</li> <li>・きゅうりスティック</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉うどん</li> <li>ゆでうどん 豚肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・たらほぐし煮</li> <li>・切り干し大根煮</li> <li>千切大根 人参 油揚げ</li> <li>さとう しょうゆ</li> <li>だしかつお</li> <li>・三度豆のかつお和え</li> <li>三度豆 えのき茸 しょうゆ</li> <li>花かつお</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>ちくわ まいたけ 青葱</li> <li>味噌 だし昆布</li> <li>混合だし</li> <li>・鶏肉の揚げ浸し</li> <li>鶏もも肉 塩 しょうゆ</li> <li>片栗粉 油 おろし生姜</li> <li>・アスパラツナ煮</li> <li>アスパラガス 人参</li> <li>ツナフレーク だしかつお</li> <li>しょうゆ さとう</li> <li>・南瓜とさつま芋の和え物</li> <li>南瓜 さつま芋 さとう</li> <li>しょうゆ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・きつねうどん</li> <li>冷凍うどん 油揚げ 人参</li> <li>青葱 しょうゆ</li> <li>かつおだし さとう</li> <li>・果物</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・鮭とチーズのおかおにぎり</li> <li>(米 鮭フレーク サラダチーズ 花かつお)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・フルーチェ</li> <li>(フルーチェの素 牛乳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	お菓子	バナナ	バームクーヘン	ドーナツ	パン	
	(月) 6・20	(火) 7・21	(水) 8・22	(木) 9・23	(金) 10・24	(土) 11・25
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん</li> <li>ゆでうどん 鶏肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・チンジャオロース</li> <li>豚肉 ピーマン 赤ピーマン</li> <li>さとう しょうゆ</li> <li>赤だし味噌 油</li> <li>・かぼちゃ煮</li> <li>・チンゲン菜塩昆布和え</li> <li>チンゲン菜 人参 油揚げ</li> <li>もやし 塩昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・すまし汁</li> <li>おつゆ麩 玉葱 三つ葉</li> <li>しょうゆ だし昆布</li> <li>混合だし</li> <li>・ます塩焼き</li> <li>・大豆煮</li> <li>大豆水煮 グリーンピース</li> <li>人参</li> <li>刻み昆布 だしかつお</li> <li>さとう しょうゆ</li> <li>・ブロッコリーゆかり和え</li> <li>ブロッコリー</li> <li>ササミフレーク ゆかり粉</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・カレーシチュー</li> <li>豚肉 じゃが芋 人参</li> <li>玉葱 グリーンピース</li> <li>カレールウ</li> <li>・ちくわ煮</li> <li>煮込みちくわ さとう</li> <li>しょうゆ 混合だし</li> <li>だし昆布</li> <li>・チーズ</li> <li>・大根スティック</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>厚揚げ じゃが芋 わかめ</li> <li>味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・チキン照焼き煮</li> <li>・冬瓜あんかけ</li> <li>冬瓜 むき枝豆</li> <li>人参 片栗粉 さとう</li> <li>しょうゆ だしかつお</li> <li>・ほうれん草の和え物</li> <li>ほうれん草 しめじ</li> <li>ポークハム しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉うどん</li> <li>ゆでうどん 豚肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・人参スティック</li> <li>・キャベツ煮</li> <li>キャベツ しょうゆ</li> <li>だし昆布 混かつおだし</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中華そば</li> <li>冷凍ラーメン 豚肉</li> <li>人参 白菜 太もやし</li> <li>中華スープ ガラスープ</li> <li>青葱 赤味噌</li> <li>・果物</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ソフトクッキー</li> <li>(ホットケーキミックス 砂糖 牛乳 サラダ油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・きなこトースト</li> <li>(食パン きな粉 マーガリン 砂糖)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・スティックケーキ</li> <li>(ホットケーキミックス 卵 砂糖 サラダ油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>(寒天 砂糖 バナナ みかん缶 サイダー)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	カステラ	パン	バナナ	ドーナツ	お菓子	

## 《さくらんぼについて》

さくらんぼの種類は、全世界で1000種を超えるそうです。日本では「赤いルビー」と呼ばれる佐藤錦が有名です。B-カロテンやビタミンC、カリウムが豊富で、疲労回復や美肌作用、高血圧予防の効果が期待できます。



※こども園の行事・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。