

	(月) 10・24	(火) 11・25	(水) 12・26	(木) 13・27	(金) 14・28	(土) 1・29
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 ジャガ芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし</li> <li>・鶏肉の天ぷら 鶏天ぷら 油</li> <li>・キャベツの塩麴炒め 大豆ミート キャベツ しめじ 玉葱 人参 さとう しょうゆ 塩麴油</li> <li>・南瓜のごま和え 南瓜 すりごま さとう しょうゆ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁 高野豆腐 えのき 青葱 味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・いわし紀州煮</li> <li>・切り干し大根含め煮 切り干し大根 人参</li> <li>油揚げ さとう しょうゆ かつおだし</li> <li>・小松菜の塩昆布和え 小松菜 塩昆布 もやし</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 鶏肉 ジャガ芋 人参 玉葱 グリーンピース カレールウ</li> <li>・ウィンナー</li> <li>・チーズ</li> <li>・マカロニサラダ マカロニ 人参 胡瓜 ポークハム マヨネーズ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ スープの素 牛乳</li> <li>・かぼちゃ挽肉フライ</li> <li>・ホイコーロー 豚肉 キャベツ ビーマン 人参 油 さとう</li> <li>しょうゆ 赤だし味噌</li> <li>・アスパラサラダ お魚ソーセージスライス グリーンアスパラ ゴマドレッシング</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガ芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし</li> <li>・赤魚西京焼き</li> <li>・五目豆 大豆水煮 むき枝豆 こんにやく 人参 ごぼう 昆布 さとう かつおだし しょうゆ</li> <li>・ほうれん草かつお和え ほうれん草 人参 ささみフレーク しょうゆ 花かつお</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉うどん 冷凍うどん 牛肉 赤かまぼこスライス 人参 青葱 かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・果物</li> </ul> <p>★15日幼児運動発表会 (乳児組はお休み)</p>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・きな粉蒸しパン (ホットケーキミックス きな粉 砂糖 サラダ油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・カルシウムラスク (食パン マーガリン 青のり いらごま 粉チーズ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ひじき入りお好み焼き (キャベツ お好み焼き粉 卵 ちくわ ひじき 天かす 油 ソース)</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>・とうもろこしおにぎり (米 とうもろこし 塩 だし昆布)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	バナナ	バームクーヘン	パン	ドーナツ	お菓子	
	(月) 3・31	(火) 4・18	(水) 5・19	(木) 6・20	(金) 7・21	(土) 8・22
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉うどん ゆでうどん 豚肉 玉葱 人参 ジャガ芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし</li> <li>・あじの竜田揚げ あじ しょうゆ 生姜 片栗粉 油</li> <li>・いんげん含め煮 いんげん 油揚げ 人参 えのき さとう しょうゆ かつおだし</li> <li>・肉団子</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・わかめスープ わかめ 玉葱 コーン ガラスープ</li> <li>・チキン照り焼き</li> <li>・ゴーヤチャンプルー 焼き豆腐 豚肉 ズッキーニ ゴーヤ 玉葱 人参 さとう しょうゆ 塩 油</li> <li>・チンゲン菜のナムル チンゲン菜 もやし</li> <li>人参 しょうゆ さとう すりごま ごま油</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛丼 牛肉 玉葱 土生姜 人参 絹さや さとう しょうゆ 油</li> <li>かつおだし</li> <li>・ちくわ煮 煮込みちくわ さとう しょうゆ だしかつお だし昆布</li> <li>・チーズ</li> <li>・オクラのサラダ オクラ しめじ 青じそドレッシング</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁 豆腐 油揚げ 青葱 味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・さわらの照り焼き さわら しょうゆ さとう 片栗粉 かつおだし</li> <li>・冬瓜のあんかけ 冬瓜 むき枝豆 人参 鶏ミンチ さとう しょうゆ 片栗粉 かつおだし</li> <li>・しゅうまい 鉄腕豚肉しゅうまい</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・パンプキンスープ スープの素 牛乳</li> <li>・星のコロッケ 星のコロッケ 油</li> <li>・キーマカレー風 豚ミンチ 大豆水煮 玉葱 人参 コーン ダイストマト コンソメ ケチャップ さとう カレールウ</li> <li>・ブロッコリーサラダ ブロッコリー ツナフレーク カリフラワー 和風ドレッシング</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷麺 冷凍ラーメン ささみフレーク 錦糸卵 きゅうり キャベツ 人参 ガラスープ</li> <li>中華スープの素 しょうゆ 穀物酢</li> <li>・果物</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・おふラスク (おつゆ麩 マーガリン グラニュー糖)</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>・黒ゴマクッキー (小麦粉 砂糖 卵 マーガリン 黒ゴマ)</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>7日・七夕ゼリー</li> <li>21日・ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	パン	ドーナツ	バナナ	カステラ	お菓子	

《ピーマンについて》

ビタミンCたっぷりのピーマン。ヘタの数は五角形が多いですが、栄養状態が良いと花びらがたくさんつき、六角形や七角形になるそうです。ヘタの数が多いほど糖度が高く、苦味を感じにくいそうです。つやがあり、緑色の濃いものを選びましょう♪



※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。