



日曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	おやつ	使用食材
2月	①ロールパン ②カレースープ ③ツナサラダ	豚肩ロース肉 ツナ	ロールパン じゃがいも マカロニ こめ油 和風ドレッシング	玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 トマト コーン	※若菜鮭おにぎり	ご飯 若菜ご飯の素 鮭 ごま
3火	憲法記念日					
4水	みどりの日					
5木	こどもの日					
6金	①ハッシュドビーフ ②彩りコールスロー	牛もも肉	ご飯 こめ油 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 マッシュルーム キャベツ 胡瓜 人参 コーン	(1)こどもの日ゼリー (2)※こいのぼりクッキー カルピス	ゼリー HM粉 三温糖 マーガリン 牛乳 カルピス
7土	①豚汁うどん	豚バラ肉 油揚げ みそ	うどん 里芋 ごま油	大根 人参 玉ねぎ ごぼう ねぎ	おかし	おかし
9月	①ご飯 ②豚肉のしょうが焼き ③胡瓜の土佐和え ④さつまいものみそ汁	豚肩ロース肉 かつお節 みそ	ご飯 三温糖 こめ油 三温糖 さつまいも	玉ねぎ しょうが 胡瓜 玉ねぎ ねぎ	(1)※ココアプリン (2)おにぎりせんべい 牛乳	卵不使用プリンの素 牛乳 三温糖 ココア ホイップ せんべい 牛乳
10火	①ご飯 ②彩り野菜のミートローフ ③コーンクリームスープ	合挽ミンチ 卵 牛乳 ウインナー 牛乳	ご飯 パン粉 じゃがいも	玉ねぎ 人参 いんげん コーン パプリカ ケチャップ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー クリームコーン	※きな粉トースト	食パン マーガリン きな粉 三温糖 牛乳
11水	①麦入りご飯 ②ポークビーンズ ③じゃがいもとウインナーの炒め物	豚肩ロース肉 大豆 ウインナー	ご飯 押麦 三温糖 こめ油 じゃがいも マーガリン	人参 玉ねぎ ケチャップ コーン	(1)バナナ (2)ごまビスケット 牛乳	バナナ ビスケット 牛乳
12木	①三色ごはん ②紅白なます ③麩の清汁	鶏ミンチ 卵 ジャコ かまぼこ	ご飯 三温糖 こめ油 三温糖 ふ	ほうれん草 大根 人参 ねぎ	(1)※パン耳スティック (2)オレンジゼリー 牛乳	食パン きな粉 三温糖 キャノーラ油 ゼリー 牛乳
13金	①ご飯 ②若草揚げ ③けんちん汁	メルルーサ 卵 鶏もも肉 豆腐 油揚げ	小麦粉 キャノーラ油 里芋 こめ油	抹茶 大根 人参 ごぼう ねぎ	※芋入り蒸しパン	HM粉 三温糖 牛乳 さつまいも 牛乳
14土	①ロールパン ②ビーフシチュー	牛もも肉	じゃがいも こめ油	玉ねぎ 人参 ブロッコリー ケチャップ	おかし	おかし
16月	①ご飯 ②鯖の煮つけ ③大豆入りひじき煮 ④かぶのみそ汁	鯖 大豆 油揚げ みそ	ご飯 三温糖 片栗粉 三温糖	しょうが ひじき 人参 かぶ 玉ねぎ わかめ	※お好み焼き	豚バラ肉 キャベツ 長芋 卵 小麦粉 ソース かつお節 青のり 牛乳
17火	①ベーコンとコーンの クリームスパゲティ ②マセドアンサラダ	ベーコン 牛乳 生クリーム チーズ ハム	スパゲティ マーガリン じゃがいも マヨネーズ	玉ねぎ しめじ ブロッコリー 胡瓜 人参	※おなかジャコおにぎり	ご飯 ジャコ かつお節
18水	①ご飯 ②鶏の香味焼き ③こぶあえ ④かきたま汁	鶏もも肉 みそ 卵	ご飯 ごま油	にんにく キャベツ 胡瓜 大根 塩昆布 玉ねぎ ねぎ	※りんごジャムサンド	食パン りんごジャム 牛乳
19木	①麦入りご飯 ②すき焼き風煮 ③こまつなっとう	牛もも肉 焼き豆腐 納豆 ジャコ かつお節	ご飯 押麦 しらたき ふ 三温糖 こめ油 三温糖	玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ 小松菜	※ポテトのチーズ焼き	じゃがいも チーズ 牛乳
20金	①チキンライス ②ブロッコリーのマヨネーズ和え ③キャベツのスープ	鶏もも肉 ベーコン	ご飯 マーガリン マヨネーズ	玉ねぎ 人参 グリーンピース ケチャップ ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ 人参	(1)厚切りバーム (2)まがりせんべい ジョア	バームクーヘン せんべい ジョア
21土	①カレードリア	鶏もも肉 チーズ	ご飯 マーガリン こめ油	玉ねぎ 人参 コーン パセリ	おかし	おかし
23月	①中華丼 ②胡瓜の中華漬け	豚肩ロース肉 かまぼこ	ご飯 こめ油 三温糖 片栗粉 三温糖 ごま油	白菜 たけのこ 人参 干しいたけ 胡瓜	※ゼリー入りフルーツポンチ	もも・パイン・みかん缶 りんご缶 バナナ ゼリー 牛乳
24火	①ご飯 ②鮭の香味焼き ③もつのしぐれ煮 ④五目みそ汁	鮭 チーズ 鶏肝臓 油揚げ みそ	ご飯 小麦粉 パン粉 三温糖	パセリ しょうが 南瓜 玉ねぎ 人参 ごぼう	(1)オレンジ (2)バターサブレ 牛乳	オレンジ サブレ 牛乳
25水	①ミートサンドイッチ ②ポトフ風スープ	合挽ミンチ チーズ ベーコン	ドッグパン 三温糖 マーガリン じゃがいも	玉ねぎ 人参 ケチャップ 玉ねぎ 人参 キャベツ	※きつねおにぎり	ご飯 油揚げ ごま 三温糖
26木	①麦入りご飯 ②筑前煮 ③胡瓜もみ	鶏もも肉 ちくわ ジャコ	ご飯 押麦 こんにゃく 三温糖 こめ油 三温糖	大根 人参 れんこん ごぼう いんげん 胡瓜 わかめ	※マシュマロおこし	コーンフレーク マーガリン マシュマロ 牛乳
27金	①ご飯 ②油淋鶏 ③スイートポテトサラダ ④玉ねぎと人参のスープ	鶏もも肉	ご飯 片栗粉 三温糖 ごま ごま油 キャノーラ油 さつまいも マヨネーズ	ねぎ 胡瓜 人参 コーン 玉ねぎ 人参	牛乳 牛乳 牛乳	ケーキ 牛乳
28土	①わかめご飯 ②具沢山汁	豚バラ肉 みそ	ご飯	わかめ 大根 人参 玉ねぎ ごぼう ねぎ	おかし	おかし
30月	①ご飯 ②麻婆豆腐 ③春雨サラダ	合挽ミンチ 豆腐 みそ ハム	ご飯 三温糖 片栗粉 ごま油 春雨 マヨネーズ 三温糖 ごま	玉ねぎ 人参 しょうが ねぎ 胡瓜 人参	※チーズ入りヨーグルトスコーン	小麦粉 BP こめ油 三温糖 人参 ヨーグルト チーズ 牛乳
31火	①◎カツカレー ②コーンサラダ	豚肩ロース肉 豚ヒレ肉	ご飯 小麦粉 パン粉 キャノーラ油 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	ヨーグルト ホームパイ	ヨーグルト パイ



※は園手作りおやつです。◎は新メニューです。

当園では、無添加のハム・ベーコン・ウインナーを使用しており、小麦、乳、卵アレルギーでも食べることができます。

また、ロールパンも卵不使用のノンエッグロールを使用しており、卵アレルギーでも食べることができます。

今月の給食の旬の食材は、かぶ、キャベツ、グリーンピース、ごぼう、じゃがいも、たけのこ、レタス、鮭、ジャコです。

《 神様に感謝していただきます 》



☆今月の平均給与栄養量☆

乳児	蛋白質	18.0g	カルシウム	227mg	ビタミンA (レチノール当量:RE)	331 μg	ビタミンB2	0.37mg	エネルギー	
	脂肪	17.3g	鉄	1.8mg	ビタミンB1	0.27mg	ビタミンC	19mg	473kcal	
幼児	蛋白質	20.3g	カルシウム	189mg	ビタミンA (レチノール当量:RE)	382 μg	ビタミンB2	0.34mg	エネルギー	
	脂肪	18.6g	鉄	2.0mg	ビタミンB1	0.31mg	ビタミンC	23mg	562kcal	