

	(月) 28	(火) 1・29	(水) 2・16・30	(木) 3・17・31	(金) 4・18	(土) 19
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・エビフライ エビフライ 油 ・ポークビーンズ 豚肉 大豆水煮 人参 じゃが芋 ケチャップ さとう コンソメ ・マカロニサラダ マカロニ 胡瓜 ツナフレーク マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・すまし汁 三つ葉 玉葱 人参 しょうゆ だし昆布 混合だし ・鶏肉のおろし煮 鶏肉 大根おろし 青葱 かつおだし さとう しょうゆ ・ちくわわかめ煮 焼きちくわ 人参 わかめ かつおだし さとう しょうゆ ・ほうれん草かつお和え ほうれん草 しめじ 花かつお しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・カレーシチュー 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース カレールウ ・お魚ソーセージ ・チーズ ・アスパラサラダ グリーンアスパラ 人参 かに風味フレーク 青じそドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・白身魚フライ 白身魚フライ 油 ・冬瓜のコンソメ煮 冬瓜 大豆ミート 玉葱 人参 むき枝豆 コンソメ さとう しょうゆ ・チンゲン菜のゆかり和え チンゲン菜 ポークハム 太もやし ゆかり 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉うどん ゆでうどん 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・牛しぐれ煮 牛肉 こんにゃく 玉葱 いんげん 人参 生姜 かつおだし さとう しょうゆ ・ちくわの磯辺揚げ ・南瓜ごま和え 南瓜 サラダチーズ さとう しょうゆ すりごま 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミートスパゲティ スパゲティ 牛ミンチ 玉葱 人参 ダイストマト グリーンピース コンソメ ケチャップ さとう <p>★5日乳児運動発表会</p>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ぶどうゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・パインケーキ (ホットケーキミックス パイン缶 マーガリン 砂糖 卵) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・コンソメラスク (食パン コンソメ サラダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	バナナ	バームクーヘン	パン	ドーナツ	お菓子	
	(月) 7・21	(火) 8・22	(水) 9・23	(木) 10・24	(金) 25	(土) 12・26
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・中華スープ えのき 人参 青葱 ガラスープ ・チンジャオロース 豚肉 ピーマン 筍 赤パプリカ 生姜 さとう 赤だし味噌 しょうゆ 油 ・魚介ナゲット 魚介ナゲット 油 ・三度豆海苔和え 三度豆 人参 しょうゆ 刻みのり 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 玉葱 油揚げ わかめ 味噌 だし昆布 混合だし ・ほっけ塩焼き ・小松菜煮浸し 小松菜 豚肉 人参 しめじ かつおだし さとう しょうゆ ・がんもどき 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ハヤシシチュー 牛肉 玉葱 じゃが芋 人参 マッシュルーム ハヤシフレーク ・ウィンナー ・チーズ ・カリフラワーサラダ カリフラワー ささみフレーク 胡瓜 ごまドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・あじみりん焼き ・れんこん金平 れんこん 人参 豚ミンチ いりごま さとう しょうゆ 油 ・オクラの甘酢和え オクラ えのきだけ ちりめんじゃこ 甘酢 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・さばのカレーソース煮 ・なすのそぼろ煮 茄子 鶏ミンチ 人参 絹さや かつおだし さとう しょうゆ ・ブロッコリーサラダ ブロッコリー 人参 コーン 和風ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・揚げそばあんかけ 皿うどん 豚肉 白菜 むきえび 人参 しめじ 中華スープの素 ガラスープ しょうゆ 片栗粉
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 7日 ・バナナ 21日 ・すいか 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ピザ風トースト (食パン チーズ トマトケチャップ マヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・鮭と大葉のおにぎり (米 サケフレーク 大葉 いりごま ごま油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・フルーチェ(ピーチ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	パン	ドーナツ	バナナ	カステラ	お菓子	

《すいかについて》

すいかは、体を冷やし利尿・むくみに効果的です。冷やすと甘味が増します。

買うときは、色つやが良く、しま模様がはっきりしているもの、切ってあるものは種が黒いもの

選ぶのがコツです(^^)

