

	(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"> ・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 ・鶏肉の天ぷら 鶏天ぷら 油 ・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 ・南瓜のごま和え 南瓜 すりごま さとう しょうゆ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 高野豆腐 えのき 青葱 味噌 だし昆布 混合だし ・いわし紀州煮 ・切り干し大根含め煮 切り干し大根 人参 油揚げ さとう しょうゆ かつおだし ・小松菜の塩昆布和え 小松菜 塩昆布 もやし ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・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 ・ウィンナー ・チーズ ・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 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・かぼちゃ挽肉フライ ・ホイコーロー 豚肉 キャベツ ビーマン 人参 油 さとう しょうゆ 赤だし味噌 ・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 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・赤魚西京焼き ・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 ・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 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・果物 <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"> ・牛乳 ・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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・とうもろこしおにぎり (米 とうもろこし 塩 だし昆布) 	<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) 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"> ・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 ・あじの竜田揚げ あじ しょうゆ 生姜 片栗粉 油 ・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 ・肉団子 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・わかめスープ わかめ 玉葱 コーン ガラスープ ・チキン照り焼き ・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 ・チンゲン菜のナムル チンゲン菜 もやし 人参 しょうゆ さとう すりごま ごま油 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・牛丼 牛肉 玉葱 土生姜 人参 絹さや さとう しょうゆ 油 かつおだし ・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 ・チーズ ・オクラのサラダ オクラ しめじ 青じそドレッシング ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 豆腐 油揚げ 青葱 味噌 だし昆布 混合だし ・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 ・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 ・しゅうまい 鉄腕豚肉しゅうまい ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・星のコロッケ 星のコロッケ 油 ・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 ・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 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 中華スープの素 しょうゆ 穀物酢 ・果物
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・おふラスク (おつゆ麩 マーガリン グラニュー糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・黒ゴマクッキー (小麦粉 砂糖 卵 マーガリン 黒ゴマ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 7日・七夕ゼリー 21日・ゼリー 	<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	

《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。