



# 予定献立

アレルギー表示  
 たまご(○) 乳(△) 魚(□) たまご+乳(▲)  
 たまご+魚(▽) 魚+乳(◇)  
 ✦新メニュー✦は【✦】付いています

日	曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	果物	未満児 10時おやつ	全園児 15時おやつ
1	水	玄米	鮭のみそ焼き □	ほうれん草のバター炒め△		ビーフン汁		クッキー	パンせんべい△
2	木	米	豚肉と大根の旨煮	酢の物		みそ汁	バナナ	せんべい	フルーツヨーグルト△
3	金	手巻き寿司(ツナ, カニカマ, きゅうり)	チキンポッキー			かき玉汁 ▽		チーズ△	さつま芋のからめ和え
4	土	米	すき焼き風煮	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
5	日								
6	月	親子丼 ○		キャベツとちくわのサラダ □	ミニトマト		りんご	ウエハース	梅ヶ枝もち
7	火	米	煮魚 □	五目ビーフン		みそ汁	オレンジ	バナナ	フライドポテト
8	水	ドライカレー		コールスロー	ミニトマト	わかめスープ		クッキー	クッキー△
9	木	米	ささみの南蛮漬け	れんこんサラダ	ブロッコリー	みそ汁	バナナ	せんべい	もちもちチーズパン△
10	金	食パン	チキンナゲット	マカロニサラダ ○		たまごスープ ○		チーズ△	ババロア△
11	土								
12	日								
13	月	プルコギ丼		酢の物	ミニトマト	野菜スープ		ウエハース	プリン△
14	火	麦	ウインナーマヨネーズ焼き	ひじき煮		みそ汁	オレンジ	バナナ	芋ドッグ△
15	水	ちゃんぽん△		じゃが芋チーズ焼き△			りんご	クッキー	メロンパン△
16	木	米	コロッケ	ナムル	ミニトマト	みそ汁		せんべい	みたらし団子
17	金	米	鮭の塩焼き□	ニラの卵とじ ○		みそ汁	バナナ	チーズ△	麩のラスク△
18	土	米	肉じゃが	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
19	日								
20	月	米	牛肉とごぼうの炒め煮 ▽	スパサラ ○	ブロッコリー	けんちん汁	バナナ	ウエハース	たこ焼き
21	火	中華丼	しゅうまい	大根とカニカマの酢の物			りんご	バナナ	ジャムサンド
22	水	わかめご飯	ハンバーグ	ハッシュポテト		すまし汁	オレンジ	クッキー	ピザ△
23	木								
24	金	ベビーパン ○	白身フライ □ (タルタルソース)	人参サラダ	ブロッコリー	コーンスープ ○		チーズ△	ヨーグルトゼリー△
25	土	米	豚肉と納豆の旨煮	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
26	日								
27	月	米	魚の蒲焼 □	ひじきサラダ	ミニトマト	豚汁	オレンジ	ウエハース	きなこ団子
28	火	にゅう麺 □		ポテトサラダ	煮豆			バナナ	おにぎり

**「福は〜うち！」と節分でまく大豆**  
 実は私たちの食べ物にはこの大豆から作られているものが沢山！豆腐・みそ・しょうゆ・なっとう・厚あげ・高野豆腐・おから・きなこ・がんもどき・豆乳・湯葉・・・  
 これらは全部大豆からできてるんですね。  
 さらに、大豆の栄養はとても豊富で、タンパク質・脂質・炭水化物・食物繊維・カリウム・カルシウム・マグネシウム・銅・鉄・亜鉛・ビタミンE・ビタ

おやつ		
未満児 (0・1・2歳児)	10時	15時
	献立表に記載(牛乳)	
以上児 (3・4・5歳児)	10時	15時
	献立表に記載(スキムミルク)	

