



予定献立表

アレルギー表示

たまご(○) 乳(△) たまご+乳(○△)

◆新メニュー◆は【◆】付いてます



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	金	カレーライス (非常食)	からあげ		チーズ △		バナナ	チーズ△	ピザトースト△
2	土	米	肉じゃが	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
3	日								
4	月	親子丼○		ブロッコリーごま和え			りんご	ウエハース	ヨーグルトゼリー △
5	火	米	高野豆腐の オランダ煮	中華風春雨		みそ汁		バナナ	ラスク△
6	水	わかめご飯	おでん	酢の物			みかん	クッキー	おいもパイ△
7	木	米	焼魚	切り昆布と 厚揚げの煮物		みそ汁	バナナ	せんべい	フライドポテト
8	金	ドライカレー △		コールスロー	ミニトマト	わかめスープ		チーズ△	パンせんべい△
9	土	米	豚肉と春雨の炒め煮	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
10	日								
11	月	カレーうどん△		ポテトサラダ	ミニトマト		バナナ	ウエハース	おにぎり
12	火	米	豚肉と大根の旨煮	酢の物		みそ汁		バナナ	芋けんぴ
13	水	チキンライス	チューリップ	野菜スティック (きゅうり、大根)	ミニトマト	もずくスープ	オレンジ	クッキー	◆フルーツサンド △◆
14	木	玄米	筑前煮	春巻き		みそ汁	りんご	せんべい	きなこ団子
15	金	ベビーパン ○	白身フライ (オーロラソース)	マカロニサラダ ○	ブロッコリー	たまごスープ ○		チーズ△	ふのラスク△
16	土	米	すき焼き風煮	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
17	日								
18	月	ブルコギ丼		酢の物		すまし汁	りんご	ウエハース	プリン△
19	火	米	からあげ	大根サラダ	ミニトマト	みそ汁		バナナ	みたらし団子
20	水	米	鮭のマヨネーズ焼	ニラの卵とじ ○		かき玉汁 ○	みかん	クッキー	やきいも
21	木	米	ちくわの磯辺揚げ	ひじきサラダ	ミニトマト	豚汁		せんべい	豆腐ドーナツ△
22	金	米	鶏の照り焼き	れんこんサラダ	ブロッコリー	みそ汁		チーズ△	ジャムサンド
23	土	米	豚肉と納豆の旨煮	酢の物		みそ汁		ビスケット	おかし
24	日								
25	月	ホットドッグ		ハッシュポテト		クリーム シチュー△		ウエハース	スノーボール クッキー△
26	火	中華丼	しゅうまい				みかん	バナナ	たこ焼き
27	水	麦	牛肉とごぼうの 炒め煮 ○	スパサラ ○	ミニトマト	みそ汁	りんご	クッキー	おかし
28	木	きつねうどん		じゃが芋チーズ焼き △	煮豆			せんべい	おかし
29	金								
30	土								
31	日								



野菜を食べよう!

ミカンやハクサイ、ダイコンなどに含まれている
ビタミンCは、かぜの予防に効果があるといわれてい
ます。また、ホウレンソウ、ニンジン、ニラなどに含
まれるビタミンAは、のどなどの粘膜を強くする
効果が!ご家庭でも、積極的に野菜を取って、
かぜの予防をしていきたいですね。



おやつ		
未満児 (0・1・2歳児)	10時	15時
	献立表に記載(牛乳)	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)