

17	月	七分つき玄米ごはん 鶏肉の照り焼き かぶと油揚げの炊いたん ポテトサラダ とん汁	白玉あずきのせ 牛乳	鶏もも・油揚げ・豚ばら 淡色辛みそ・ゆで小豆缶詰 普通牛乳	米・車輪・じゃがいも マヨネーズ・白玉粉	トマト・ブロッコリー・かぶ にんじん・グリーンピース スイートコーン・大根・葉ねぎ	みりん風調味料 こいくちしょうゆ・だし・食塩 ささがきごぼう・つきこんにやく
18	火	★まごわやさしい献立 ひじきごはん(ごま入り) 鮎の味噌マヨ焼き 五目豆 じゃがいものそぼろあんかけ しいたけと玉ねぎのすまし汁	コーントースト 牛乳	油揚げ・さわら・淡色辛みそ だいたい水煮缶詰・さつま揚げ 鶏ひき肉・プロセスチーズ 普通牛乳	米・ごま・マヨネーズ・車輪 じゃがいも・かたくり粉・食パン	にんじん・しいたけ ほしひじき・たまねぎ・いんげん 鶏み風布・きぬさや グリーンピース・三つ葉 スイートコーン・あおのり	みりん風調味料 うすくちしょうゆ・だし・食塩
19	水	七分つき玄米ごはん ミートローフ 水菜とツナのサラダ コンソメスープ フルーツオレンジ	リンゴとパインのケーキ 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉・木綿豆腐 シーチキン・普通牛乳	米・パン粉・ホットケーキミックス 車輪	たまねぎ・にんじん ブロッコリー・みずな・大根 キャベツ・かいわれだいこん パレンシアオレンジ りんご缶詰 パインアップル缶詰	ミックスベジタブル・食塩・こしょう ケチャップ・青じそドレッシング だし・だし
20	木	七分つき玄米ごはん 揚げ鮎の甘酢あんかけ さつま芋とブロッコリーのゴママヨ和え しめじと白菜の味噌汁 フルーツバナナ	ラスク 牛乳	たら・淡色辛みそ・普通牛乳	米・かたくり粉・サラダ油・車輪 さつまいも・マヨネーズ・ごま フランスパン・マーガリン	たまねぎ・にんじん グリーンピース・ブロッコリー ほしめじ・はくさい・葉ねぎ バナナ	こいくちしょうゆ・脱脂粉・だし
21	金	★おたのしみ献立 ケチャップライス ローストチキン ブロッコリーとゆで卵のサラダ コンソメスープ フルーツオレンジ	牛乳	鶏もも・卵・普通牛乳	米・車輪・マヨネーズ	たまねぎ・賞ピーマン 赤ピーマン・グリーンピース トマト・キャベツ・ブロッコリー にんじん・パレンシアオレンジ	だし・ケチャップ・食塩 みりん風調味料 こいくちしょうゆ コンガリムスープ・パセリ
22	土	親子丼 かぼちゃの炊いたん おつゆ鮎と油揚げの味噌汁 フルーツオレンジ	カスタードロール 牛乳	鶏もも・卵・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・車輪・かたくり粉・焼きふ カスタードロール	たまねぎ・グリーンピース かぼちゃ・葉ねぎ パレンシアオレンジ	こいくちしょうゆ みりん風調味料・だし
25	火	七分つき玄米ごはん 牛肉とごぼうの卵とじ もやしと胡瓜の梅和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 フルーツりんご	ソーセージとチーズの蒸し パン 牛乳	牛肉スライス・卵・淡色辛みそ 普通牛乳・ウインナー プロセスチーズ	米・車輪・じゃがいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・もやし きゅうり・梅干し・葉ねぎ・りんご	ささがきごぼう みりん風調味料 こいくちしょうゆ・だし うすくちしょうゆ
26	水	七分つき玄米ごはん 肉豆腐 青菜とえのきのお浸し キャベツと油揚げのすまし汁 フルーツバナナ	豆乳きな粉ドーナツ 牛乳	牛肉スライス・木綿豆腐 かつお節・油揚げ・固形豆乳 きな粉・普通牛乳	米・車輪・ホットケーキミックス サラダ油	たまねぎ・にんじん・ごまつな えのきたけ・カットわかめ 三つ葉・バナナ	しらたき・こいくちしょうゆ みりん風調味料・だし うすくちしょうゆ・食塩
27	木	七分つき玄米ごはん 鮎のムニエル 白菜とベーコンのクリーム煮 スパゲティサラダ コンソメスープ	フレンチトースト 牛乳	鮎・ベーコン・普通牛乳・卵	米・薄力粉・マーガリン スパゲティ、乾・マヨネーズ 食パン・車輪	ブロッコリー・トマト・はくさい にんじん・スイートコーン・きゅうり たまねぎ・大根 かいわれだいこん	食塩・クリームシチューの素 だし・だし
28	金	カレーライス コールスローサラダ ヨーグルトフルーツソースかけ	みたらし団子 牛乳	豚肉スライス・ヨーグルト 普通牛乳	米・じゃがいも・マヨネーズ 車輪・フルーツソース・白玉粉 かたくり粉	たまねぎ・にんじん グリーンピース・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰	カレールー・食塩 みりん風調味料 こいくちしょうゆ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
618 kcal	22.6 g	19.7 g	265 mg	2.3 mg	233 μg	0.37 mg	0.47 mg	36 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。※そば、落花生の入った食材は使用していません。

21日(金)のおやつは

2・3・4・5歳児はいちごショートケーキ

0・1 歳児はプリンです。

従来のケーキ屋さんから注文します。

アレルギー・後期食の園児さんは果物(いちご・オレンジ・りんご)

の盛り合わせとなります。