

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	土				牛乳 サブレ	
3	月	交通安全指導	御飯 豚肉のハンガリー風煮込み スパサテー スティック野菜 もやしのコンソメスープ オレンジ	米 豚肉 トマト 玉ねぎ にんにく パター スパゲティ にんにく バセリ きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ ベーコン バセリ オレンジ	豆乳 野菜かりんとう	牛乳 刻み海苔トースト
4	火		御飯 ゴーヤチャンプル フライドポテト ボイル野菜 小松菜の味噌汁 すいか	米 ゴーヤ 豆腐 卵 豚肉 人参 ねぎ じゃが芋 コーン ブロッコリー 小松菜 玉ねぎ 人参 すいか	牛乳 ポーロ	牛乳 ジャムフランス
5	水		御飯 チンジャオロースー かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 バナナ	米 豚肉 生姜 玉ねぎ ビーマン かぼちゃ 小松菜 しめじ ねぎ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 マシュマロサンド
6	木	生活安全指導	御飯 鶏マヨネーズ トマト 小松菜の胡麻和え 王様スープ すいか	米 鶏肉 卵 トマト 小松菜 人参 もやし ごま ベーコン モロヘイヤ 玉ねぎ 豆腐 すいか	牛乳 バナナ	牛乳 みかんゼリー
7	金	身体測定	御飯 豚肉の生姜焼き カニカマの酢の物 おくら味噌汁 パイン	米 豚肉 玉ねぎ しょうが にら ごま きゅうり キャベツ 人参 カニかまぼこ ひじき 豆腐 玉ねぎ オクラ ねぎ パイン	牛乳 小魚	ヨーグルト サンドビスケット
8	土				牛乳 せんべい	
10	月	プール納め	御飯 焼魚 竹輪の酢の物 かぼちゃの味噌汁 バナナ	米 鮭 ちくわ きゅうり キャベツ もやし 人参 ごま かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ バナナ	豆乳 ほん菓子	豆乳 せんべい
12	水	希望登所	御飯 焼きそば きゅうりの中華和え 星の子スープ オレンジ	米 中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ハム ほうれん草 きゅうり 人参 もやし オクラ 人参 えのき 玉ねぎ オレンジ	牛乳 せんべい	豆乳 ビスケット
13	木	希望登所	ハヤシライス ブロッコリーのドレッシング和え チーズ バナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ じゃがいも にんにく ブロッコリー きゅうり 人参 ハム チーズ バナナ	りんごジュース	アイスクリーム ウエハース
14	金	希望登所	御飯 焼き魚 野菜ふりかけ きゅうりともやしのナムル 春雨の中華スープ オレンジ	米 赤魚 青菜 人参 ごま きゅうり もやし 人参 竹輪 ひじき ごま 春雨 ねぎ 玉ねぎ オクラ かにかま オレンジ	ヨーグルト	牛乳 マドレーヌ
15	土				牛乳 クラッカー	
17	月		御飯 冷やしうどん ミニ春巻き ツナの和風サラダ オレンジ	米 うどん わかめ ねぎ なた 春巻きの皮 玉ねぎ 椎茸 豚肉 生姜 春雨 人参 にんにく ブロッコリー人参 ツナ コーン オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 ココアクリームサンド
18	火	B&Gプール指導（ぞう組）	御飯 ハンバーグ 海藻サラダ 小松菜の中華スープ バナナ	米 豚肉 牛肉 玉ねぎ 卵 わかめ 人参 カニかまぼこ きゅうり もやし しらす 小松菜 玉ねぎ 人参 ベーコン バナナ	牛乳 オレンジ	水信玄餅
19	水	おはなしの森	御飯 すき焼き風 もやしの酢の物 小松菜と麩のすまし汁 オレンジ	米 豚肉 生揚げ ごぼう 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり 人参 小松菜 麩 えのき オレンジ	牛乳 米菓子	ヨーグルト サンドビスケット
20	木	食育の日	御飯 ★赤魚のピザ焼 ★納豆の中華和え じゃが芋の味噌汁 パイン	米 赤魚 玉ねぎ 人参 ビーマン チーズ 納豆 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ じゃが芋 人参 玉ねぎ ねぎ パイン	牛乳 ビスケット	★フルーツポンチ
21	金		御飯 鯖の竜田揚げ 千草和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	米 鯖 しょうが ほうれん草 人参 小松菜 えのきたけ ハム 豆腐 わかめ 玉ねぎ ねぎ かぼちゃ オレンジ	豆乳 バナナ	牛乳 せんべい
22	土					
24	月		御飯 五目そうめん なすとピーマンの味噌炒め お魚ふりかけ グレープフルーツ	米 そうめん 人参 もやし 卵 きゅうり ハム 椎茸 豚肉 なす ビーマン しらす ごま グレープフルーツ	牛乳 ロールパン	プリン
25	火	B&Gプール指導（ぞう組）	御飯 鮭の塩こうじ焼き 切り干し大根とベーコンの炒め物 高野豆腐の味噌汁 メロン	米 鮭 米こうじ 切り干し大根 ベーコン もやし ビーマン 高野豆腐 小松菜 ねぎ メロン	牛乳 バナナ	牛乳 ごまじゃこトースト
26	水		御飯 冷やししゃぶしゃぶ ネパネパ三兄弟 キャベツの味噌汁 バナナ	米 豚肉 きゅうり トマト レタス ごま 納豆 オクラ モロヘイヤ しそ キャベツ 人参 玉ねぎ 油揚げ バナナ	牛乳 せんべい	グレープゼリー ウエハース
27	木	誕生会	☆ おめでとうランチ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 鶏肉 しょうが スパゲティ バセリ ほうれん草 ベーコン きゅうり ブロッコリー レタス すいか	飲むヨーグルト	フルーツパフェ
28	金	参観日・講演会	御飯 コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ オレンジ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ ハム コーン きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 チーズ	牛乳 ホットドッグ
29	土				牛乳 サブレ	
31	月	避難訓練	御飯 なすのポロネーゼ 青のりポテト ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ オレンジ	米 スパゲティ なす 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト じゃが芋 青のり ブロッコリー キャベツ バセリ 玉ねぎ マッシュルーム 人参 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 甘辛せんべい

おめでとうランチ…チキンライス 鶏のから揚げ スパサテー ブロッコリーサラダ すいか

今月の果物はバナナ、すいか、オレンジ、パイン、メロン、グレープフルーツを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。

★印は新メニューです。