

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	金	身体測定（以上児） 布団持ち帰り	御飯 焼きししゃも きんぴらごぼう ポイル野菜 ほうれん草の味噌汁 バナナ	米 ししゃも ごぼう ビーマン 人参 ごま ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ほうれん草 バナナ	牛乳 チーズ	牛乳 サブレ
2	土				牛乳 サブレ	フルーツジュース 米菓子
4	月	安全指導週間	御飯 冷やしうどん ミニ春巻き ツナの和風サラダ パイナップル	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 レタス きゅうり 人参 ツナ コーン パイナップル	牛乳 スティックパン	牛乳 ドーナツ
5	火	川遊び（ぞう組） 身体測定（未満児）	御飯 焼き魚 ゆかりふりかけ 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 ゆかり 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	牛乳 ボーロ	牛乳 ジャムフランス
6	水		御飯 ゴーヤチャンプル フライドポテト ポイル野菜 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	飲むヨーグルト	牛乳 ビスケット
7	木		御飯 鶏マヨネーズ トマト 小松菜の胡麻和え 玉ねぎスープ パイナップル	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 パイナップル	牛乳 パナナ	おにぎり
8	金	布団持ち帰り	御飯 豚肉の生姜焼き カニカマの酢の物 おくら味噌汁 メロン	米 豚肉 玉ねぎ しょうが にら ごま きゅうり キャベツ 人参 カニかまほこ ひじき 豆腐 玉ねぎ オクラ ねぎ メロン	牛乳 小魚	ヨーグルト サンドビスケット
9	土				牛乳 せんべい	フルーツジュース クラッカー
12	火	希望登所（15日まで）	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 バター スパゲティ にんにく パセリ きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ ベーコン パセリ オレンジ	牛乳 コーン菓子	アイスクリーム ウエハース 未満児 オレンジゼリー
13	水		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 もやし 人参 ごま かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ バナナ	牛乳 ほん菓子	牛乳 フレーンパイ
14	木		ハヤシライス ブロッコリーサラダ チーズ オレンジ	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 オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 せんべい
15	金	布団持ち帰り	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 せんべい	飲むヨーグルト
16	土				牛乳 クラッカー	フルーツジュース せんべい
18	月		御飯 五目焼きそば きゅうりの中華和え 星の子スープ パイナップル	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 パイナップル	牛乳 ウエハース	牛乳 ココアクリーム サンド
19	火	食育の日	御飯 ★すき焼き風 もやしの酢の物 小松菜と麩のすまし汁 バナナ	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 バナナ	牛乳 米菓子	★水信玄餅
20	水	避難訓練	御飯 鯖の竜田揚げ 干草和え 煮豆 花麩のすまし汁 メロン	米 鯖 しょうが ほうれん草 人参 小松菜 えのきたけ ハム 金時豆 花麩 わかめ 玉ねぎ ねぎ メロン	豆乳 パナナ	プリン
21	木	プール納め	御飯 はんぺんのチーズはさみ揚げ ドレッシングサラダ オニオンスープ オレンジ	米 はんぺん チーズ 卵 きゅうり 春雨 トマト ハム コーン レタス 玉ねぎ 人参 ほうれん草 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 ホットドッグ
22	金	誕生会 布団持ち帰り	☆ おめでとうバイキング ☆	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 鶏肉 しょうが スパゲティ パセリ きゅうり ブロッコリー レタス すいか	りんごジュース	フルーツパフェ
23	土				牛乳 せんべい	フルーツジュース サブレ
25	月	人形劇観劇	御飯 五目そうめん なすとビーマンの味噌炒め お魚ふりかけ オレンジ	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 オレンジ	牛乳 ロールパン	飲むヨーグルト
26	火		御飯 ハンバーグ 海藻サラダ 小松菜の中華スープ パイナップル	米 豚肉 牛肉 玉ねぎ 卵 牛乳 わかめ 人参 カニかまほこ 大根 しらす 小松菜 玉ねぎ 人参 ベーコン パイナップル	牛乳 オレンジ	牛乳 マシュマロサンド
27	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
28	木		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 荒野豆腐 小松菜 ねぎ メロン	牛乳 パナナ	牛乳 ごまじゃこトースト
29	金	布団持ち帰り	御飯 コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ グレープフルーツ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 卵 キャベツ ハム コーン チーズ きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	牛乳 ビスケット	牛乳 甘辛せんべい
30	土				牛乳 サブレ	フルーツジュース 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

食育の日のサンプル展示は2歳児です。主食（御飯）の量は70gです。

今月の果物はバナナ、すいか、オレンジ、パイナップル、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。