



		午前食	午後食
日	曜	完了期	完了期
		れん、あお、さくら、らく、そよか、なつこ、 たお、とうわ、はると、もと、れお、かおり	れん、あお、さくら、らく、そよか、なつこ、 たお、とうわ、はると、もと、れお、かおり
2	月	ごはん 肉野菜炒め 厚揚げ煮 スープ(しめじ、にら)	フレンチトースト スープ(玉ねぎ、さつまいも)
16		米、豚小間肉、鶏ひき肉、きゃべつ、人参、チンゲン菜、厚揚げ、しめじ、にら	食パン、粉ミルク、玉ねぎ、さつまいも
3	火	鮭ごはん 肉団子 菜の花和え物 スープ(ふ、えのき)	おかかおにぎりorごはん スープ(豆腐、ほうれん草)
		米、鮭、鶏ひき肉、玉ねぎ、しいたけ、菜の花、きゃべつ、人参、ふ、えのき	米、かつお節、豆腐、ほうれん草
4	水	ごはん 鯖のねぎソース きゃべつ胡麻和え スープ(じゃがいも、小松菜)	型抜きクッキー スープ(大根、しいたけ)
18		米、鯖、長ねぎ、きゃべつ、人参、じゃがいも、小松菜	小麦粉、砂糖、BP、豆乳、油、大根、しいたけ
5	木	ブレッチェンor食パン ハンバーグ ツナサラダ スープ(ブロッコリー、しめじ)	ホットケーキ スープ(なす、いんげん)
		パン、豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、きゃべつ、人参、きゅうり、ツナ、ブロッコリー、しめじ	小麦粉、砂糖、BP、豆乳、なす、いんげん
6	金	ひじきごはん 鶏ひき肉と野菜煮 小松菜和え物 スープ(万能ねぎ、ふ)	しらす蒸しパン スープ(かぶ、白菜)
19	木	米、ひじき、人参、鶏ひき肉、玉ねぎ、いんげん、えのき、小松菜、きゃべつ、万能ねぎ、ふ	小麦粉、砂糖、BP、豆乳、しらす、かぶ、白菜
7	土	あんかけうどん きゃべつおかか和え	シュガートースト スープ(玉ねぎ、きゃべつ)
20		うどん、鶏ひき肉、白菜、人参、しめじ、きゃべつ、きゅうり、かつお節	食パン、砂糖、玉ねぎ、きゃべつ
9	月	ごはん カレイのもみじ焼き もやし和え物 スープ(豆腐、わかめ)	お野菜クラッカー スープ(じゃがいも、長ねぎ)
23		米、カレイ、人参、もやし、きゅうり、えのき、豆腐、わかめ	小麦粉、油、ほうれん草、人参、豆乳、じゃがいも、長ねぎ
10	火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース ポテトサラダ スープ(大根、白菜)	さつまいものニョッキ スープ(たまねぎ、かぶ)
24		米、鶏小間、鶏ひき肉、じゃがいも、きゅうり、人参、大根、白菜	さつまいも、小麦粉、牛乳、玉ねぎ、かぶ
11	水	けんちんうどん風 ブロッコリーツナ和え	青菜おにぎりorごはん スープ(にら、人参)
25		うどん、鶏小間、鶏ひき肉、大根、人参、長ねぎ、ブロッコリー、きゃべつ、ツナ	米、小松菜、にら、にんじん
12	木	ごはん 肉じゃが しらすきゅうり和え物 スープ(マッシュルーム、いんげん)	野菜チヂミ スープ(なす、ふ)
26		米、豚小間肉、鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらす、きゅうり、きゃべつ、いんげん、マッシュルーム	人参、玉ねぎ、にら、小麦粉、片栗粉、なす、ふ
13	金	食パンorブレッチェン 鮭のパン粉焼き もやしソテー スープ(トマト、きゃべつ)	卵なしポーロ スープ(マカロニ、たまねぎ、いんげん)
27		パン、鮭、パン粉、もやし、チンゲン菜、玉ねぎ、トマト、きゃべつ	小麦粉、片栗粉、砂糖、豆乳、マカロニ、たまねぎ、いんげん
14	土	ごはん 八宝菜風 スープ(もやし、万能ねぎ)	マーガリントースト スープ(チンゲン菜、人参)
28		米、鶏ひき肉、白菜、玉ねぎ、人参、もやし、万能ねぎ	食パン、マーガリン、チンゲン菜、人参
17	火	ミートソーススパゲッティ フレンチサラダ スープ(じゃがいも、白菜)	蒸しパン スープ(しめじ、大根)
31		スパゲッティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、きゃべつ、きゅうり、人参、じゃがいも、白菜	小麦粉、砂糖、BP、豆乳、しめじ、大根
30	月	ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜磯和え スープ(水菜、なす)	かぼちゃクリームサンドパン スープ(小松菜、もやし)
		米、鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、白菜、のり、水菜、なす	食パン、かぼちゃ、砂糖、豆乳、小松菜、もやし

※都合により献立が変更になることがあります

いよいよ最後の1カ月になりましたね^^
完了食になり、スプーンを持ったり手づかみで食べたりと、みんな意欲的に食べています！
風邪をひかず毎日元気に登園してください★

