



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
1	土	かし むぎちゃ	さぬきうどん しんじゃがのそぼろに みかんかん		ハムロールパン ゼリー ぎゅうにゅう	うどん とりにく ほうれんそう ぶ なかねぎ じゃがいも にんじん ぶたにく しいたけ さとう たまねぎ みかん パン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト
3 17	月	はっこうにゅう	ごはん ほうれんそうのみそしる ぶたにくのやながわふうに	きりほしだいこんのサラダ りんごかん	フルーツの ヨーグルトあえ	こめ ぶ たまねぎ ほうれんそう ぶたにく こうやどらふ にんじん わかめ はくさい ざやいんげん きりほしだいこん しいたけ りんご ヨーグルト みかん おうとう	バームクーヘン むぎちゃ
4 18	火	ほしっこ ぶどうジュース	カレーライス わかめスープ ハムとキャベツのソテー	きよみオレンジ	ベルギーワッフル ぎゅうにゅう	こめ むぎ ぶたにく たまねぎ じゃがいも こむぎ パター にんじん わかめ はくさい キャベツ ハム いんげん にんじん きよみおれんじ ベルギーワッフル ぎゅうにゅう	プチスティック ピーチゼリー
5 19	水	のむヨーグルト	たけのこごはん とうふのすましじる カレイのゆうあんやき	フーチャンブルー おうとうかん	さつまいもと りんごのあまに むぎちゃ	こめ たけのこ あぶらあげ さとう はくさい とうふ えのきたけ かわいい ゆず ぶ たまご ぶたにく もやし にんじん にら おうとう さつまいも りんご レーズン パター むぎちゃ	やきうどん むぎちゃ
6 20	木	みかんゼリー	ココアパン コーンチャウダー サケのハーブやき	ほうれんそうのサラダ ようなしかん	きびだんご むぎちゃ	ばん ベーコン じゃがいも にんじん たまねぎ コーン パセリ パター こむぎ 生クリーム さけ にんにく れもん パジャル ほれんそう キャベツ アカビーマン ようなし こめ きび きなこ むぎちゃ	かぼちゃポーロ プリン
7 21	金	ヨーグルト	ホイコーローごはん にらたまスープ もやしとらのらぼうのナムル	あんになんどうふ	ブリオッシュ ぎゅうにゅう	こめ キャベツ ぶたにく ねぎ にんじん ビーマン さとう でんぶん あぶら たまご にら なかねぎ のらぼう もやし あかビーマン あんにんかんてん みかん りんご はくとう パン ぎゅうにゅう	きなこせんべい やさしいジュース
8	土	かし むぎちゃ	わふうスパゲティ ぶたにくとセロリのソテー おうとうかん		ウィンナーパン ゼリー ぎゅうにゅう	スパゲティ ベーコン たまねぎ しめじ こまつな あぶら パター ぶたにく にんじん しめじ セロリー おうとう パン ウィンナー ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト
10 24	月	はっこうにゅう	いりこなめし じゃがいものみそしる とりにくのしおこうじやき	こうやどらふのもの はくとうかん	ホットケーキ ぎゅうにゅう	こめ いりこなめし じゃがいも たまねぎ なかねぎ にんじん こうやどらふ しいたけ ざやいんげん はくとう たまご きゅうにゅう ホットケーキミックス	まめもち むぎちゃ
11 25	火	プチスティック りんごジュース	キラキラピラフ タマゴのスープ さかなのマヨネーズやき	ようふうきりほしだいこん ようなしかん	ジャムサンド ぎゅうにゅう	こめ ハム パター たまねぎ グリンピース 赤ビーマン コーン ほうれんそう にんじん たまご きりほしだいこん キャベツ ベーコン かわいい マヨネーズ ようなし パン ぎゅうにゅう	こめぼうくん ジュース
12 26	水	ヨーグルト	スパゲティミートソース チンゲンサイのスープ かいそうサラダ	はるか	おにぎり(ゆかり) むぎちゃ	スパゲティ パター あぶら ぶたにく にんじん たまねぎ トマト こむぎ ほうれんそう たまご でんぶん じゃがいも ベーコン コーン こめ わかめ みかん	もちもちチーズパン むぎちゃ
13 27	木	グレープゼリー	きびごはん とんじる とりにくのマーマレードやき	おひたし おうとうかん	マカロニきなこ むぎちゃ	こめ きび ぶたにく にんじん だいこん とうふ じゃがいも とりにく マーマレード にんにく しょうが えのきたけ はくさい おうとう マカロニ むぎちゃ	ほしっこ ジュース
14 28	金	のむヨーグルト	うめちりめんごはん はるキャベツのみそしる にくじゃが	ちゅうかふうサラダ きよみオレンジ	メープルロールパン ぎゅうにゅう	こめ うめちりめん とうふ キャベツ たまねぎ じゃがいも にんじん ぶたにく もやし こまつな きよみオレンジ パン ぎゅうにゅう	ベジタブルせんべい むぎちゃ
15	土	かし むぎちゃ	かきたまうどん ごもきんぴらに みかんかん		ツナパン ゼリー ぎゅうにゅう	うどん とりにく にんじん ほうれんそう ねぎ たまご こぼう ぶたにく さとう しらたき いんげん こま みかん パン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト
22	土	かし むぎちゃ	しおラーメン にんじんシリシリ はくとうかん		ぶどうばん ゼリー ぎゅうにゅう	ちゅうかめん ぶたにく ねぎ もやし にんじん きくらげ にら あぶら ツナ はくとう パン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト

*材料の都合で、献立を変更することがあります。

今年度も安心でおいしい給食作りを心がけ、「子どもたちの成長」と「食を営む力」を育むお手伝いのできたらと願っております。どうぞよろしくお願いいたします。

《3歳以上児》

	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	568Kcal	19.3g	14.2g
園の目標値	575Kcal	22.0g	18.0g

《3歳未満児》

	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	537Kcal	18.8g	12.5g
園の目標値	540Kcal	21.0g	17.0g

献立

旬の食材を使った
和食中心の
メニュー

おやつ

からだところ

行事食

季節を感じ、
食文化を知る

**給食を
とおしての
食育**

クッキング

自分で野菜を栽培
したり、調理する
喜びを味わう

給食の手伝い

野菜の皮をむいて、
給食作りに参加

マナー

あいさつや食事の
姿勢、はしの持ち方
を学ぶ

