

	月	火	水	木	金	土
風食	 <p>ご入園・ご進級おめでとう ございます。</p> <p>今年度より、誕生日会メニューにむしむしさん からのリクエストメニューを入れていきます。</p> <p>今月の誕生日会メニューは、まつしたごこちゃん のリクエスト(鶏のからあげ、納豆和え)を入れて います。</p> 		<p>1 <b>ごはん</b> <b>ホイコーロー</b> 豚肉、キャベツ、ピーマン パプリカ、みそ、砂糖、酒、 醤油、生姜、にんにく、ごま油 <b>フロッコリーの磯辺和え</b> フロッコリー、人参、ちくわ もみりのり、醤油 <b>わかめのすまし汁</b> 玉ねぎ、塩わかめ、ねぎ だし汁、塩、薄口醤油 <b>りんご</b> <b>カルピス(未満期：牛乳)</b> <b>チーズスティックパン</b> 食パン、マーガリン 粉糖、粉チーズ</p>	<p>2 <b>ごはん</b> <b>さほの童田揚げ</b> さば、生姜、醤油、砂糖、酒 みりん、片栗粉、揚げ油 <b>スナッフエンドウ添え</b> <b>切干大根の含め煮</b> 切干大根、さつま揚げ 干椎茸人参、インゲン 油、砂糖、みりん、醤油 <b>玉ねぎのスープ</b> 玉ねぎ、人参、コーン コンソメ、塩、こしょう</p>	<p>3 <b>ごはん</b> <b>肉じゃが</b> 牛肉、人参、じゃが芋、 玉ねぎ、白滝、インゲン 油、砂糖、醤油、酒 ★ <b>いかとわかめの酢の物</b> いか、塩わかめ、きゅうり 人参、酢、砂糖、塩 <b>きのこのみぞ汁</b> 椎茸、しめじ、えのき、玉ねぎ だし汁、みそ、ねぎ <b>はっさく</b> <b>お茶</b> <b>ナポリタン</b> スパゲティ、ベーコン、玉ねぎ しめじ、ピーマン、ケチャップ ウスターソース</p>	<p>4 <b>青菜と干えびの混ぜご飯</b> 米、小松菜、干えび、塩、 醤油、砂糖、酒 <b>のっぺい汁</b> 里芋、かまぼこ、しめじ、人参 ごぼう、人参、ねぎ、だし汁 薄口醤油、塩、片栗粉 <b>バナナ</b> <b>牛乳</b> <b>ランチパック卵</b></p>
	おやつ					
風食	<p>6 <b>ごはん</b> <b>マカロニグラタン</b> 鶏肉、マカロニ、アスパラ コーン、玉ねぎ、小麦粉 バター、牛乳、コンソメ、塩、 こしょう、パン粉、ピザチーズ <b>春キャベツサラダ</b> キャベツ、きゅうり、パイン缶 レーズン、油、酢、塩、こしょう <b>ココロスープ</b> 大豆水煮、人参、じゃが芋 玉ねぎ、コンソメ、薄口醤油 塩、こしょう、パセリ</p>	<p>7 <b>雑穀米ごはん</b> <b>さわらの若草焼き</b> さわら、塩、マヨネーズ、抹茶 <b>トマト添え</b> <b>かぼちゃの含め煮</b> かぼちゃ、醤油、砂糖、みりん <b>麩のすまし汁</b> 麩、塩わかめ、玉ねぎ だし汁、塩、薄口醤油 <b>いよかん</b></p>	<p>8 <b>ごはん</b> <b>麻婆豆腐</b> 豆腐、豚挽き肉、玉ねぎ、人参 竹の子、椎茸、ねぎ、にんにく 生姜、みそ、醤油、酒、砂糖 鶏ガラ、ごま油、片栗粉 <b>ほうれん草の干草和え</b> ほうれん草、白菜、人参 錦糸油、油揚げ、砂糖、醤油 だし汁、かつお節、醤油 <b>玉ねぎとえのきのみぞ汁</b> 玉ねぎ、人参、えのき だし汁、みそ、ねぎ</p>	<p>9 <b>ごはん</b> 豆、グリーンピース 塩、だし昆布 <b>あじの塩焼き</b> 鯉、塩 ★ <b>ごぼうサラダ</b> ごぼう、薄口醤油、みりん きゅうり、人参、ツナ缶 マヨネーズ、ごま <b>春キャベツのみぞ汁</b> キャベツ、玉ねぎ、人参、ねぎ だし汁、みそ <b>テコボン</b> <b>生乳</b> <b>フライドポテト</b> じゃが芋、揚げ油、塩、青のり</p>	<p>10 <b>愛情べんどうの日</b> </p>	<p>11 <b>しめじご飯</b> 米、しめじ、人参、さつま揚げ 薄口醤油、塩、酒 <b>チンゲン菜と</b> <b>キャベツのスープ</b> チンゲン菜、キャベツ、玉ねぎ 人参、コンソメ、醤油、塩 <b>バナナ</b> <b>生乳</b> <b>スナックパン</b></p>
	おやつ	<p><b>生乳</b> <b>ジャムクリームサンド</b> 食パン、イチゴジャム 生クリーム、砂糖</p>	<p><b>カルピス(未満期：牛乳)</b> <b>手作りクッキー</b> 小麦粉、バター、卵、砂糖</p>	<p><b>お茶</b> <b>桜もち風</b> 白玉粉、水、砂糖、小麦粉 食紅、こしあん、油、いちご</p>	<p><b>生乳</b> <b>フライドポテト</b> じゃが芋、揚げ油、塩、青のり</p>	<p><b>お茶</b> <b>ヨーグルトパフェ</b> ヨーグルト、砂糖、バナナ、りんご みかん缶、もも缶、コーンフレーク</p>
風食	<p>13 <b>誕生会</b> <b>ごはん</b> <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉、醤油、酒、塩、にんにく 生姜、片栗粉、揚げ油 <b>納豆和え</b> 納豆、ほうれん草、キャベツ 人参、かつお節、醤油 <b>かき卵汁</b> 玉ねぎ、人参、卵、ねぎ だし汁、塩、薄口醤油 <b>いちご</b> <b>生乳</b> <b>リンゴマフィン</b> ホットケーキミックス、牛乳、卵 マーガリン、砂糖、りんご</p>	<p>14 <b>ごはん</b> <b>さほの煮付け</b> さば、生姜、砂糖、醤油、 みりん、酒、 <b>ひじきの白和え</b> 干ひじき、人参、ほうれん草 コーン、豆腐、みそ、ごま、砂糖 <b>豚汁</b> 豚肉、人参、しめじ、ごぼう、大根 さつま芋、ねぎ、だし汁、みそ <b>りんご</b></p>	<p>15 <b>ボークカレー(雑穀米)</b> 雑穀米、米、豚肉、人参 玉ねぎ、じゃが芋 にんにく、油、カレールー ママレードジャム <b>ハワイアンサラダ</b> キャベツ、きゅうり、コーン パイン缶、油、酢、塩、こしょう <b>煮豆</b> 金時豆、砂糖</p>	<p>16 <b>ごはん</b> <b>ぼどうのフライ</b> ぼどう、塩、こしょう、卵 小麦粉、パン粉、揚げ油 <b>ミルクおから</b> おから、豚挽き肉、人参 玉ねぎ、プロセスチーズ、ねぎ 油、砂糖、醤油、塩、牛乳 <b>新玉ねぎのみぞ汁</b> 玉ねぎ、しめじ、ねぎ だし汁、みそ</p>	<p>17 <b>ビビンバ丼</b> 米、牛肉、砂糖、醤油、生姜、 ごま油、錦糸卵、ほうれん草 もやし、人参、ごま油、醤油 塩、砂糖、刻みのみ ★ <b>きんぴらごぼう</b> ごぼう、人参、しらたき、油 砂糖、醤油、インゲン、ごま <b>豆腐のみぞ汁</b> 豆腐、玉ねぎ、ねぎ だし汁、みそ <b>キウイフルーツ</b> <b>お茶</b> ★ <b>だいこんもち</b> 大根、ねぎ、塩、ごま油、白玉粉 小麦粉、干えび、酢、醤油、砂糖</p>	<p>18 <b>さけの混ぜご飯</b> サケフレーク、小松菜、醤油 塩、錦糸卵 <b>五目みぞ汁</b> 大根、人参、里いも、油揚げ しめじ、ねぎ、だし汁、みそ <b>バナナ</b> <b>生乳</b> <b>ランチパックいちご</b></p>
	おやつ		<p><b>生乳</b> <b>アドウゼリー せんべい</b> ぶどうジュース、砂糖、アガー みかん缶</p>	<p><b>生乳</b> <b>フレンチトースト</b> 食パン、牛乳、卵、砂糖 マーガリン</p>	<p><b>お茶</b> <b>だいこんもち</b> 大根、ねぎ、塩、ごま油、白玉粉 小麦粉、干えび、酢、醤油、砂糖</p>	<p><b>生乳</b> <b>ランチパックいちご</b></p>
風食	<p>20 <b>雑穀米ごはん</b> <b>△菜葉</b> 豚肉、いか、えび、白菜、玉ねぎ うずら卵、干椎茸、竹の子、人参 生姜、にんにく、油、鶏ガラ、酒 塩、醤油、砂糖、片栗粉 <b>もやしのナムル</b> もやし、きゅうり、ごま油 塩、醤油 <b>新玉ねぎのスープ</b> 玉ねぎ、人参、コーン、鶏ガラ 薄口醤油、塩、こしょう、 <b>甘夏</b></p>	<p>21 <b>ごはん</b> <b>あじのパン粉焼き</b> あじ、塩、酒、にんにく、パン粉 パセリ、オリーブ油、レモン <b>高野豆腐の卵とじ</b> 高野豆腐、人参、玉ねぎ しめじ、インゲン、油、だし汁 醤油、砂糖、卵 <b>新じゃがのみぞ汁</b> じゃが芋、玉ねぎ、塩わかめ だし汁、みそ</p>	<p>22 <b>ごはん</b> <b>炒り鶏</b> 鶏肉、人参、竹の子、干椎茸 じゃが芋、インゲン、うずらの卵 ごぼう、れんこん、油、砂糖、醤油 ★ <b>切干大根サラダ</b> 切干大根、きゅうり、人参 ごま、ごま油、酢、砂糖、 薄口醤油 <b>わかめのみぞ汁</b> 玉ねぎ、油揚げ、塩わかめ、 だし汁、みそ、ねぎ <b>りんご</b> <b>生乳</b> <b>ピザトースト</b> 食パン、ベーコン、ピザ用チーズ 玉ねぎ、ピーマン、ピザソース</p>	<p>23 <b>竹の子ご飯</b> 米、竹の子、油揚げ、薄口醤油 塩、酒、だし昆布 <b>鶏の梅しほ焼き</b> 鶏肉、梅干し、しそ みそ、みりん <b>フロッコリーの</b> <b>おかか和え</b> フロッコリー、人参、ちくわ かつお節、醤油 <b>花麩のすまし汁</b> 花麩、塩わかめ、えのき だし汁、薄口醤油、塩</p>	<p>24 <b>ごはん</b> <b>さわらの西京焼き</b> さわら、みそ、塩、みりん、砂糖 <b>ひじきの含め煮</b> 干ひじき、油揚げ、人参 グリーンピース、ごま、砂糖 みりん、醤油、だし汁 <b>ニラ卵スープ</b> 玉ねぎ、にら、さくらげ、卵 鶏ガラ、塩、薄口醤油 <b>甘夏</b></p>	<p>25 <b>炊き込みご飯</b> 米、人参、しめじ、油揚げ 鶏肉、ごぼう、醤油、みりん <b>じゃが芋のみぞ汁</b> じゃが芋、人参、玉ねぎ ねぎ、だし汁、みそ <b>バナナ</b> <b>生乳</b> <b>バターフレッド</b></p>
	おやつ	<p><b>生乳</b> <b>アメリカンドッグ</b> ホットケーキミックス、小麦粉、卵 牛乳、フランクフルト、揚げ油</p>	<p><b>お茶</b> ★ <b>みたらし団子</b> 絹ごし豆腐、白玉粉、砂糖 醤油、片栗粉</p>	<p><b>生乳</b> <b>ピザトースト</b> 食パン、ベーコン、ピザ用チーズ 玉ねぎ、ピーマン、ピザソース</p>	<p><b>生乳</b> <b>アップルポテト</b> さつま芋、りんご、砂糖 レモン汁</p>	<p><b>お茶</b> <b>フルーツポンチ</b> さくらんぼ缶、みかん缶、もも缶 パイン缶、キウイ、バナナ、砂糖</p>
風食	<p>27 <b>ごはん</b> <b>サケの塩焼き</b> <b>ほうれん草の白和え</b> ほうれん草、人参、コーン、豆腐 みそ、砂糖、ごま <b>キャベツのポトフ</b> キャベツ、玉ねぎ、じゃが芋 人参、ウインナー、コンソメ 塩、こしょう、フロッコリー <b>キウイフルーツ</b></p>	<p>28 <b>雑穀米ごはん</b> <b>豚の生姜焼き</b> 豚肉、玉ねぎ、ピーマン パプリカ、生姜、醤油、砂糖 酒、みりん、油、片栗粉 <b>ポテトサラダ</b> じゃが芋、きゅうり、人参 ハム、塩、マヨネーズ、こしょう <b>新ごぼうのみぞ汁</b> ごぼう、玉ねぎ、人参、ねぎ 油揚げ、だし汁、みそ</p>	<p>29 <b>昭和の日</b> </p>	<p>30 <b>ごはん</b> <b>あじの塩焼き</b> 牛挽肉、じゃが芋、玉ねぎ、塩 こしょう、小麦粉、卵、パン粉 揚げ油 <b>スナッフエンドウ添え</b> <b>小松菜のツナ和え</b> 小松菜、キャベツ、人参 ツナ缶、醤油 <b>春雨スープ</b> 玉ねぎ、春雨、カニカマ 鶏ガラ、塩、こしょう、ねぎ</p>	<p></p>	<p></p>
	おやつ	<p><b>生乳</b> <b>卵サンド</b> 食パン、卵、パセリ、塩 こしょう、マヨネーズ</p>	<p><b>生乳</b> <b>かぼちゃカナッペ</b> かぼちゃ、砂糖、生クリーム クラッカー</p>		<p><b>お茶</b> <b>梅昆布おにぎり いりご</b> 米、梅干し、塩昆布</p>	

・ ★印はよく噛めるようカミカミメニューとしています。 ・ 土曜日のメニューを麺類からご飯に変更しています。  
・ 行事、材料の都合により、献立を一部変更することがあります。