



☆お知らせ☆

- 給食に取り入れた旬の食材は・『たまねぎ・キャベツ・スナップエンドウ』です。
- 3歳未満児は10日が味付きご飯です。そのほかの日は白ご飯になっています。

日	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家での食べ物
		3才未満児 朝おやつ	おひるの きゅうしょく	みんなの おやつ	エネルギーになるもの (きいろ)	ちやにくになるもの (あか)	びょうきをやっつけるもの (みどり)	
1	月	ジャムサンド	ふたにくのごまみそたれ レタス キャベツのしおこんぶサラダ もも缶	かぼちゃの カップケーキ	ごま さとう	ふたにく みそ	レタス キャベツ しおこんぶ きゅうり もも缶	魚類 きのこと類
2	火	じゃがりバター	とりにくのごさっぱりやき ゆでキャベツ くらげとたまねぎのサラダ パイン缶	たこやき	さとう マヨネーズ	とりにく くらげ ハム	しょうが キャベツ たまねぎ きゅうり パイン缶	根菜類 大豆製品
8	月	おかし	<b>はなまつりランチ</b>					
9	火	チョコっと フレンチ	とりのバーベキューソース ゆでキャベツ もずくサラダ パイン缶	ももかんてん	ごまあぶら ごま	とりにく	りんご にんにく しょうが キャベツ もずく きゅうり トマト パイン缶	卵類 葉菜類
10	水	ゼリー	やきうどん きりほしだいこんのちゅうかあえ みかん缶 (3未:わかめごはん)	りんご バナナ	うどん あぶら さとう ごまあぶら	ふたにく えび ツナ	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ もやし あおのり きりほしだいこん こまつな みかん缶	魚類 海藻類
11	木	かぼちゃの チーズやき	ハンバーグ レタス ポテトサラダ もも缶	メロンパン	ばんこ さとう じゃがいも マヨネーズ	きゅうひきにく ふたひきにく たまご きゅうにゅう ハム	たまねぎ レタス パプリカ きゅうり もも缶	きのこと類 根菜類
12	金	あべかわもち	さかなのトマトソースグラタン ゆでえだまめ ごもくあえ バナナ	ブリッツ	マカロニ はるさめ さとう ごま	さかな チーズ	パセリ えだまめ もやし ほうれんそう にんじん しいたけ バナナ	いも類 肉類
15	月	バタートースト	レバーのマリアナソース レタス コールスローサラダ みかん缶	しおこんぶの じゃこむすび	かたくりこ さとう あぶら マヨネーズ	ふたレバー	しょうが レタス キャベツ にんじん とうもろこし みかん缶	大豆製品 魚類
16	火	やきさがし	なまあげのあまずいため ほうれんそうのなめたけあえ キウイフルーツ	ごまハニーポテト	さとう かたくりこ あぶら	なまあげ	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ にんにく ほうれんそう キャベツ えのぎたけ キウイフルーツ	海藻類 野菜類
17	水	おかし	<b>おたのしみべんとう</b>					
18	木	ぎょうざの かわピザ	キッシュ さといものみそあえ ピーマンのじゃこいため パイン缶	ぎゅうにゅうかんてん	さといも さとう ごま あぶら	たまご チーズ クリーム ベーコン みそ しらす	ブロッコリー たまねぎ にんじん ピーマン パイン缶	魚類 葉菜類
19	金	ラスク	さかなのタルタルソース ゆでえだまめ こまつなのじゃこにびたし もも缶	パウンドケーキ	マヨネーズ	さかな たまご しらす	たまねぎ パセリ レモン えだまめ こまつな もやし にんじん もも缶	肉類 いも類
22	月	バナナ	チャプチェ かぼちゃサラダ みかん缶	りんごむしパン	あぶら さとう はるさめ ごま ごまあぶら かぼちゃ マヨネーズ	ぎゅうにく ハム	しょうが にんにく にんじん たけのこ しいたけ ほうれんそう きゅうり みかん缶	卵類
23	火	フルーチェ	<b>おたのしみランチ</b>					
24	水	じゃがりバター	ようふうたまごやき かりこりいりこ (あおのり) もやしナムル パイン缶	オレンジ バナナ	あぶら マヨネーズ さとう ごま ごまあぶら マカロニ	たまご ベーコン チーズ いりこ	トマト ピーマン たまねぎ あおのり もやし きゅうり しおこんぶ パイン缶	きのこと類 根菜類
25	木	ジャムサンド	ポークビーンズ れんこんサラダ みかん缶	みそまんじゅう	じゃがいも さとう あぶら マヨネーズ	ふたにく たいす ハム	たまねぎ にんじん グリーンピース れんこん きゅうり みかん缶	魚類 海藻類
26	金	パンプディング	ビーフカレー ブロッコリーのかおりあえ のりつくだけバスタ パイン缶	コーンフレーククッキー	じゃがいも あぶら バター ごまあぶら スパゲティ	ぎゅうにく かつおぶし ベーコン	たまねぎ にんじん にんにく ねぎ ほうれんそう ブロッコリー しめじ のり パイン缶	大豆製品
29	月	ももヨーグルト	わふうマーボーどうふ ハンサンスー キウイフルーツ	きなこトースト	さとう かたくりこ ごまあぶら はるさめ ごま	とうふ ふたひきにく みそ ハム	たまねぎ しめじ にんにく しょうが ねぎ にんじん きゅうり キウイフルーツ	魚類 卵類
30	火	マカロニの あべかわ	とりにくのごまてりやき ゆでキャベツ スナップエンドウサラダ もも缶	わかめむすび	さとう ごま マヨネーズ	とりにく たまご	キャベツ スナップエンドウ もも缶	野菜類 いも類
31	水	バナナ	さかなのカレームニエル ゆでえだまめ さっぱりおからサラダ みかん缶	とうふドーナツ	はくりきこ あぶら さとう バター	さかな おから ツナ とうにゅう	えだまめ きゅうり とうもろこし にんじん みかん缶	肉類 きのこと類

\*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。