

日	曜	昼食	おやつ	黄		赤		緑			延長	
				力や体温のもとになる		体をつくる		体の調子を整える				
1	水	たけのこませこ飯 つくねバーグ なばなのごま和え	すまし汁 麦茶 くだもの	イチゴケーキ 牛乳	米 小麦粉	片栗粉	鶏肉 豆腐 ごま バター	しいたけ ネギ キャベツ	にんじん ひじき たまねぎ	たけのこ なばな ちんげんさい	ゆかりおにぎり 牛乳	
2	木	ごはん かれのいのオーロラソース だいごんの煮物	みそ汁 麦茶 くだもの	のり佃煮おにぎり 牛乳	米 さつまいも	マヨネーズ 砂糖	かれい みそ かつお節 牛乳	だいごん たまねぎ ほうれんそう	にんじん ほうれんそう	えのき	茶飯おにぎり 牛乳	
3	金	ごはん 鶏肉のクリーム煮 キャベツの和風和え	みそ汁 麦茶 くだもの	カレーうどん 牛乳	米 片栗粉 砂糖	油 うどん	鶏肉 ごま みそ 豚肉 牛乳	たまねぎ ほうれんそう ごまつな にんじん	エリンギ キャベツ にんじん	しめじ もやし わかめ	味噌おにぎり 牛乳	
4	土	ソース焼きそば さつまいもの煮物 すまし汁	麦茶 くだもの	そぼろおにぎり 牛乳	中華麺 さつまいも 麩	油 砂糖 米	豚肉 鶏肉	牛乳	もやし にんじん ほうれんそう	キャベツ	青のりおにぎり 牛乳	
6	月	ごはん 豚肉のソース炒め きゅうりのゆかり和え	すまし汁 麦茶 くだもの	ひじきおにぎり 牛乳	米 じゃがいも	油	豚肉 油揚げ	牛乳	もやし しょうが にんじん	たまねぎ きゅうり だいごん ひじき ネギ	にんにく だいごん	ケチャップおにぎり 牛乳
7	火	ごはん かじきのケチャップ焼き なばなの和風和え	みそ汁 麦茶 くだもの	クッキー 牛乳	米 油 小麦粉	片栗粉 砂糖	かじき 油揚げ バター かつお節	みそ 牛乳	なばな だいごん	カリフラワー わかめ キャベツ	おかかおにぎり 牛乳	
8	水	ごはん ミートローフ ほうれんそうのごま和え	みそ汁 麦茶 くだもの	ケチャップトースト 牛乳	米 ごま油	片栗粉 パン	豚肉 豆腐 みそ 牛乳	鶏肉 ごま 牛乳	たまねぎ ほうれんそう ネギ	コーン もやし なめこ こまつな	にんにく にんじん こまつな	ゆかりおにぎり 牛乳
9	木	ごはん 鮭の野菜蒸し焼き ブロッコリーのおかか和え	みそ汁 麦茶 くだもの	黒糖ケーキ 牛乳	米 小麦粉	油 黒糖	鮭 みそ 牛乳	かつお節 油揚げ バター	たまねぎ にんじん	ブロッコリー わかめ はくさい	茶飯おにぎり 牛乳	
10	金	カレーライス ナムル	すまし汁 麦茶 くだもの	揚げパン(シュガー) 牛乳	米 小麦粉 さつまいも	じゃがいも 油 ロールパン	豚肉 バター	牛乳 ごま	たまねぎ きゅうり しょうが ほうれんそう	にんじん もやし しょうが えのき	味噌おにぎり 牛乳	
11	土	ちゃんぽんうどん じゃがいもの煮物	麦茶 くだもの	ツナおにぎり 牛乳	うどん さつまいも 砂糖 ごま油	じゃがいも 米	豚肉 牛乳	ツナ缶	にんじん しめじ キャベツ ちんげんさい	たまねぎ ネギ	青のりおにぎり 牛乳	
13	月	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの煮物	みそ汁 麦茶 くだもの	メープルトースト 牛乳	米 砂糖 メープルシロップ	油 パン	鶏肉 みそ	油揚げ 牛乳	しょうが ひじき はくさい	たまねぎ しいたけ なす ほうれんそう	にんじん いんげん ほうれんそう	ケチャップおにぎり 牛乳
14	火	ごはん かれのい磯辺焼き さつまいものレモン煮	みそ汁 麦茶 くだもの	みそラーメン 牛乳	米 片栗粉 砂糖	油 さつまいも 中華麺	かれい 油揚げ みそ	みそ 牛乳	のり もやし コーン	にんじん こまつな にんにく	いんげん ネギ しょうが	おかかおにぎり 牛乳
15	水	ごはん つくねバーグ なばなごま和え	すまし汁 麦茶 くだもの	いちごジャムケーキ 牛乳	米 小麦粉	片栗粉	鶏肉 ごま バター	豆腐 牛乳	しいたけ ネギ キャベツ	にんじん ひじき たまねぎ	たけのこ なばな ちんげんさい	ゆかりおにぎり 牛乳
16	木	ごはん かれのいのオーロラソース だいごんの煮物	みそ汁 麦茶 くだもの	のり佃煮おにぎり 牛乳	米 さつまいも	マヨネーズ 砂糖	かれい みそ かつお節 牛乳	だいごん たまねぎ ほうれんそう	にんじん ほうれんそう	えのき	茶飯おにぎり 牛乳	
17	金	ごはん 鶏肉のクリーム煮 キャベツの和風和え	みそ汁 麦茶 くだもの	カレーうどん 牛乳	米 片栗粉 砂糖	油 うどん	鶏肉 ごま みそ 豚肉 牛乳	たまねぎ ほうれんそう ごまつな にんじん	エリンギ キャベツ にんじん	しめじ もやし わかめ	味噌おにぎり 牛乳	
18	土	ソース焼きそば さつまいもの煮物 すまし汁	麦茶 くだもの	そぼろおにぎり 牛乳	中華麺 さつまいも 麩	油 砂糖 米	豚肉 鶏肉	牛乳	もやし にんじん ほうれんそう	キャベツ	青のりおにぎり 牛乳	
20	月	ごはん 豚肉のソース炒め きゅうりのゆかり和え	すまし汁 麦茶 くだもの	ひじきおにぎり 牛乳	米 じゃがいも	油	豚肉 油揚げ	牛乳	もやし しょうが にんじん	たまねぎ きゅうり だいごん ひじき ネギ	にんにく だいごん	ケチャップおにぎり 牛乳
21	火	ごはん かじきのケチャップ焼き なばなの和風和え	みそ汁 麦茶 くだもの	クッキー 牛乳	米 油 小麦粉	片栗粉 砂糖	かじき 油揚げ バター かつお節	みそ 牛乳	なばな だいごん	カリフラワー わかめ キャベツ	おかかおにぎり 牛乳	
22	水	ごはん ミートローフ ほうれんそうのごま和え	みそ汁 麦茶 くだもの	ケチャップトースト 牛乳	米 ごま油	片栗粉 パン	豚肉 豆腐 みそ 牛乳	鶏肉 ごま 牛乳	たまねぎ ほうれんそう ネギ	コーン もやし なめこ こまつな	にんにく にんじん こまつな	ゆかりおにぎり 牛乳
23	木	ごはん 鮭の野菜蒸し焼き ブロッコリーのおかか和え	みそ汁 麦茶 くだもの	黒糖ケーキ 牛乳	米 小麦粉	油 黒糖	鮭 みそ 牛乳	かつお節 油揚げ バター	たまねぎ にんじん	ブロッコリー わかめ はくさい	茶飯おにぎり 牛乳	
24	金	カレーライス ナムル	すまし汁 麦茶 くだもの	揚げパン(シュガー) 牛乳	米 小麦粉 さつまいも	じゃがいも 油 ロールパン	豚肉 バター	牛乳 ごま	たまねぎ きゅうり しょうが ほうれんそう	にんじん もやし しょうが えのき	味噌おにぎり 牛乳	
25	土	ちゃんぽんうどん じゃがいもの煮物	麦茶 くだもの	ツナおにぎり 牛乳	うどん さつまいも 砂糖 ごま油	じゃがいも 米	豚肉 牛乳	ツナ缶	にんじん しめじ キャベツ ちんげんさい	たまねぎ ネギ	青のりおにぎり 牛乳	
27	月	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの煮物	みそ汁 麦茶 くだもの	メープルトースト 牛乳	米 砂糖 メープルシロップ	油 パン	鶏肉 みそ	油揚げ 牛乳	しょうが ひじき はくさい	たまねぎ しいたけ なす ほうれんそう	にんじん いんげん ほうれんそう	ケチャップおにぎり 牛乳
28	火	ごはん かれのい磯辺焼き さつまいものレモン煮	みそ汁 麦茶 くだもの	みそラーメン 牛乳	米 片栗粉 砂糖	油 さつまいも 中華麺	かれい 油揚げ みそ	みそ 牛乳	のり もやし コーン	にんじん こまつな にんにく	いんげん ネギ しょうが	おかかおにぎり 牛乳
30	木	ごはん かれのいのオーロラソース だいごんの煮物	みそ汁 麦茶 くだもの	のり佃煮おにぎり 牛乳	米 さつまいも	マヨネーズ 砂糖	かれい みそ かつお節 牛乳	だいごん たまねぎ ほうれんそう	にんじん ほうれんそう	えのき	味噌おにぎり 牛乳	

## ご入園、ご進級おめでとうございます

新しい場所や環境の変化に子どもたちは胸を膨らませていることと思います。  
給食は次のことを心がけていきたいと思っています。

- 手作りでおいしい、安心・安全な給食
- 素材を生かした味付け
- 旬の食材を使った季節感のある献立



毎日、子どもたちが食べた給食を階段下にあるケースに展示していますのでご覧ください。  
どんな給食を食べたのかをお子さんと、話しながら一緒に見ていただくと嬉しいです。  
保育園の食事が楽しみになるように、おいしい給食を提供していきたいと思っています。  
よろしくお祈りします。

