

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	体をつくる	体の調子を整える	体の調子を整える	体の調子を整える			
1	木	たけのごぼん さげのムニエル 菜の花の和え物	すまし汁 果物 麦茶	お花の食パンラスク 牛乳	米 食パン	小麦粉 砂糖	さけ 牛乳	バター	にんじん なののはな かぶ	しいたけ キャベツ たまねぎ グリーンピース	茶飯おにぎり 牛乳	
2	金	ごぼん 豆腐のチャンプルー キャベツとコーンのみそ和え	みそ汁 果物 麦茶	スコーン 牛乳	米 小麦粉	砂糖	豆腐 みそ 牛乳	豚肉 牛乳	たまねぎ にんじん なめこ ねぎ	しめじ コーン だいこん	キャベツ だいこん	青のりおにぎり 牛乳
3	土	肉うどん だいこんの煮物	みそ汁 果物 麦茶	わかめおにぎり 牛乳	うどん 米	砂糖	牛乳	豚肉	もやし にんじん	キャベツ たまねぎ だいこん	ほうれん草 だいこん	ケチャップおにぎり 牛乳
5	月	ごぼん ローストチキン アスパラソテー	みそ汁 果物 麦茶	ツナマヨおにぎり 牛乳	米	マヨネーズ	牛乳 みそ	鶏肉 ツナ缶	たまねぎ キャベツ エリンギ	にんにく アスパラ かぼちゃ	しょうが にんじん ほうれん草	ゆかりおにぎり 牛乳
6	火	ごぼん かじきの甘酢ソースがけ キャベツのおかか和え	すまし汁 果物 麦茶	黒糖ケーキ 牛乳	米 片栗粉 じゃがいも	砂糖 小麦粉	かじき 牛乳	かつお節 バター	たまねぎ もやし わかめ	にんじん チンゲン菜	キャベツ えのき	おかかおにぎり 牛乳
7	水	豚丼 ナムル	みそ汁 果物 麦茶	ケチャップトースト 牛乳	米 砂糖	ごま油 食パン	豚肉 みそ 粉チーズ	豆腐 牛乳	もやし だいこん はくさい	たまねぎ にんじん しめじ	しょうが ほうれん草	味噌おにぎり 牛乳
8	木	ごぼん かれののマヨコーン焼き ひじきの煮物	みそ汁 果物 麦茶	ミルククず餅 牛乳	米 砂糖 片栗粉	マヨネーズ さつまいも	かれのい みそ 牛乳	油揚げ きな粉	コーン ひじき	にんじん たまねぎ	いんげん こまつな	茶飯おにぎり 牛乳
9	金	キーマカレー 春雨サラダ	すまし汁 果物 麦茶	きなこクッキー 牛乳	米 春雨 砂糖	小麦粉 ごま油	牛乳 大豆 きな粉	豚肉 バター	にんじん しめじ にんにく	きゅうり ほうれん草 しょうが	だいこん たまねぎ ピーマン	青のりおにぎり 牛乳
10	土	みそうどん かぼちゃの煮物	みそ汁 果物 麦茶	おかかおにぎり 牛乳	米 砂糖	うどん	鶏肉 かつお節	みそ 牛乳	もやし しめじ キャベツ チンゲン菜	たまねぎ キャベツ	にんじん かぼちゃ	ケチャップおにぎり 牛乳
12	月	ごぼん チンジャオロース 焼きのりサラダ	すまし汁 果物 麦茶	こぎつねおにぎり 牛乳	米 ごま油	砂糖	豚肉 油揚げ	牛乳 赤みそ	もやし キャベツ にら	たまねぎ にんじん えのき	ピーマン だいこん	ゆかりおにぎり 牛乳
13	火	ごぼん かれのの磯焼き さつまいものレモン煮	みそ汁 果物 麦茶	揚げパン 牛乳	米 砂糖 油	さつまいも ドックパン	かれのい 牛乳	みそ 油揚げ	にんじん たまねぎ	いんげん	まいたけ	おかかおにぎり 牛乳
14	水	ごぼん つくねバーグ 切り干し大根の煮物	みそ汁 果物 麦茶	メーブルケーキ 牛乳	米 小麦粉	砂糖 片栗粉	鶏肉 油揚げ 牛乳	豚肉 みそ	ねぎ にんじん かぼちゃ	しいたけ こまつな しめじ	ひじき いんげん 切り干し大根	味噌おにぎり 牛乳
15	木	ごぼん さげのムニエル 菜の花の和え物	すまし汁 果物 麦茶	ソース焼きそば 牛乳	米 小麦粉	中華麺 砂糖	さけ 豚肉	バター 牛乳	なののはな たまねぎ	キャベツ かぶ	にんじん もやし	茶飯おにぎり 牛乳
16	金	ごぼん 豆腐のチャンプルー キャベツとコーンのみそ和え	みそ汁 果物 麦茶	スコーン 牛乳	米 小麦粉	砂糖	豆腐 みそ 牛乳	豚肉 牛乳	たまねぎ にんじん なめこ ねぎ	しめじ コーン だいこん	キャベツ だいこん	青のりおにぎり 牛乳
17	土	肉うどん だいこんの煮物	みそ汁 果物 麦茶	わかめおにぎり 牛乳	うどん 米	砂糖	牛乳	豚肉	もやし にんじん	キャベツ たまねぎ だいこん	ほうれん草 だいこん	ケチャップおにぎり 牛乳
19	月	ごぼん ローストチキン アスパラソテー	みそ汁 果物 麦茶	ツナマヨおにぎり 牛乳	米	マヨネーズ	牛乳 みそ	鶏肉 ツナ缶	たまねぎ キャベツ エリンギ	にんにく アスパラ かぼちゃ	しょうが にんじん ほうれん草	ゆかりおにぎり 牛乳
20	火	ごぼん かじきの甘酢ソースがけ キャベツのおかか和え	すまし汁 果物 麦茶	黒糖ケーキ 牛乳	米 片栗粉 じゃがいも	砂糖 小麦粉	かじき 牛乳	かつお節 バター	たまねぎ もやし わかめ	にんじん チンゲン菜	キャベツ えのき	おかかおにぎり 牛乳
21	水	豚丼 ナムル	みそ汁 果物 麦茶	ケチャップトースト 牛乳	米 砂糖	ごま油 食パン	豚肉 みそ 粉チーズ	豆腐 牛乳	もやし だいこん はくさい	たまねぎ にんじん しめじ	しょうが ほうれん草	味噌おにぎり 牛乳
22	木	ごぼん かれののマヨコーン焼き ひじきの煮物	みそ汁 果物 麦茶	ミルククず餅 牛乳	米 砂糖 片栗粉	マヨネーズ さつまいも	かれのい みそ 牛乳	油揚げ きな粉	コーン ひじき	にんじん たまねぎ	いんげん こまつな	茶飯おにぎり 牛乳
23	金	キーマカレー 春雨サラダ	すまし汁 果物 麦茶	きなこクッキー 牛乳	米 春雨 砂糖	小麦粉 ごま油	牛乳 大豆 きな粉	豚肉 バター	にんじん しめじ にんにく	きゅうり ほうれん草 しょうが	だいこん たまねぎ ピーマン	青のりおにぎり 牛乳
24	土	みそうどん かぼちゃの煮物	みそ汁 果物 麦茶	おかかおにぎり 牛乳	米 砂糖	うどん	鶏肉 かつお節	みそ 牛乳	もやし しめじ キャベツ チンゲン菜	たまねぎ キャベツ	にんじん かぼちゃ	ケチャップおにぎり 牛乳
26	月	ごぼん チンジャオロース 焼きのりサラダ	すまし汁 果物 麦茶	こぎつねおにぎり 牛乳	米 ごま油	砂糖	豚肉 油揚げ	牛乳 赤みそ	もやし キャベツ にら	たまねぎ にんじん えのき	ピーマン だいこん	ゆかりおにぎり 牛乳
27	火	ごぼん かれのの磯焼き さつまいものレモン煮	みそ汁 果物 麦茶	揚げパン 牛乳	米 砂糖 油	さつまいも ドックパン	かれのい 牛乳	みそ 油揚げ	にんじん たまねぎ	いんげん	まいたけ	おかかおにぎり 牛乳
28	水	ごぼん つくねバーグ 切り干し大根の煮物	みそ汁 果物 麦茶	メーブルケーキ 牛乳	米 小麦粉	砂糖 片栗粉	鶏肉 油揚げ 牛乳	豚肉 みそ	ねぎ にんじん かぼちゃ	しいたけ こまつな しめじ	ひじき いんげん 切り干し大根	味噌おにぎり 牛乳
30	金	ごぼん 豆腐のチャンプルー キャベツとコーンのみそ和え	みそ汁 果物 麦茶	粕餅 牛乳	米	砂糖	豆腐 みそ	豚肉 牛乳	たまねぎ にんじん なめこ	しめじ コーン だいこん	キャベツ だいこん	青のりおにぎり 牛乳

ご入園、ご進級おめでとございます



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。
保育園の給食は次のことを心がけていきます

- 手作りでおいしい、安心・安全な給食
- 食材の素材を生かした薄味

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ぜひご覧ください。
どんな給食を食べたのか、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ひます。
よろしくお祈ひします。

