献立表 （完了、幼児食）

≪完了食≫
・丸パンは食パン
・ババロアはゼリー
・中華麺はうどん
・朝おやつの牛乳はお茶
・15時おやつの牛乳は調乳ミルク　　に代わります。

日	曜日	朝おやつ	献立名	果物	おやつ	体をつくる 赤のなかま	力のもとになる 黄のなかま	体の調子を整える 緑のなかま
14・28	月	牛乳 バナナ	・ご飯 ・じゃがいもの味噌汁 ・鶏肉の照り焼き ・キャベツの和え物	梨	・ラスク ・牛乳	鶏肉、 カニカマ	精白米、 じゃがいも	椎茸、いんげん、 キャベツ、コーン
1・15・29	火	牛乳 ふかし芋	・ご飯 ・油揚げの味噌汁 ・カレイの蒲焼き ・小松菜のゴマ和え	オレンジ	・ゼリー ・せんべい ・お茶	カレイ、 油揚げ	精白米	玉ねぎ、小松菜、 人参
2・16・30	水	牛乳 バナナ	・あおぞらラーメン ・煮豆	梨	・フライドポテト ・牛乳	豚肉、卵 金時豆	中華麺	ほうれん草、 玉ねぎ、人参
3・17	木	牛乳 ふかし芋	・丸パン ・シチュー ・ハンバーグ ・ブロッコリー＆トマト	メロン 17日… オレンジ	・鮭おにぎり ・するめ　・お茶 17日…誕生会おやつ うさぎ蒸しパン	牛ひき肉、 豚ひき肉、 ウィンナー	丸パン、 じゃがいも	人参、玉ねぎ、れんこん、ブロッコリー、トマト
4・18	金	牛乳 バナナ	・ご飯 ・豆腐の味噌汁 ・ほっけの塩焼き ・白菜のゆかり和え	梨	・さつまいもケーキ ・牛乳	ほっけ、 豆腐	精白米	大根、長ねぎ、白菜、 人参、大葉
5・19	土	お茶 ふかし芋	・鶏丼 ・きのこの味噌汁 ・かぼちゃサラダ	グレープ フルーツ	・お菓子 ・お茶	鶏肉、 チーズ	精白米	玉ねぎ、筍、えのき、 グリンピース、椎茸、 万能ねぎ、南瓜
7	月	牛乳 パン	・カレーライス ・中華スープ ・きゅうりの酢の物	梨	・メロンパントースト ・牛乳	豚肉、 カニカマ、 わかめ	精白米、 じゃがいも	玉ねぎ、人参、 チンゲン菜、 しめじ、きゅうり
8	火	牛乳 バナナ	・ご飯 ・ほうれん草の味噌汁 ・鮭の塩麹焼き ・ひじき煮	スイカ	・大学芋 ・牛乳	鮭、 油揚げ、 ひじき、ちくわ	精白米	ほうれん草、玉ねぎ、 人参、ごぼう、いんげん
9	水	牛乳 ふかし芋	・ミートソーススパゲッティー ・コンソメスープ ・れんこんサラダ	メロン	・十五穀米おにぎり ・いりこ ※0・1歳児はするめ ・お茶	豚ひき肉	スパゲッティー	玉ねぎ、グリンピース、 白菜、人参、れんこん、 水菜、コーン
10・24	木	牛乳 パン	・ご飯 ・なめこの味噌汁 ・肉じゃが ・マカロニサラダ	梨	・人参蒸しパン ・牛乳	牛肉、 豆腐	精白米、 じゃがいも、 糸コン、 マカロニ	なめこ、人参、玉ねぎ、 グリンピース、 きゅうり、コーン
11・25	金	牛乳 バナナ	・ご飯 ・すまし汁 ・タラの味噌マヨ煮 ・モロヘイヤの納豆和え	グレープ フルーツ	・ババロア ・せんべい ・お茶	タラ、 納豆	精白米	かぶ、かぶ葉、椎茸、 モロヘイヤ、 人参、もやし
12・26	土	お茶 パン	・中華丼 ・大根の味噌汁 ・さつまいもの甘煮	オレンジ	・お菓子 ・お茶	豚肉、 わかめ	精白米、 さつまいも	白菜、エリンギ、 人参、筍、 いんげん、大根

※旬の食材を取り入れた献立となっております。まだ、食べたことがない食材がありましたら、ご家庭でも食べてみてください。
※献立は都合により変更になる場合があります。