

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	金	身体測定	ピザバーグ グリーンサラダ じゃが芋の味噌汁 パナナ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 チーズ 赤パプリカ ピーマン ブロッコリー レタス きゅうり 人参 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 りんご	牛乳 揚げせんべい
2	土				牛乳 せんべい	りんごジュース ソフトあられ
4	月	ひなまつり会	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 パナナ	卵 人参 蓮根 かんぴょう 椎茸 さやえんどう きゅうり 鶏肉 にんにく しょうが ブロッコリー 人参 チーズ 菜の花 手毬麩 パナナ	りんごジュース	ひなまつりゼリー ひなあられ
5	火		若鶏の中華漬け かみかみ和え 豆腐の中華スープ いちご	鶏肉 生姜 にんにく ねぎ 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 ごま ハム 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご	牛乳 ビスケット	ヨーグルト
6	水		筑前煮 焼きししゃも 麩のすまし汁 パナナ	鶏肉 人参 たけのこ 蓮根 ごぼう 里芋 椎茸 さやいんげん ししゃも 玉ねぎ ねぎ 小松菜 麩 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ミニドッグ
7	木	絵本貸し出し	ほうれん草のグラタン ブロッコリーのドレッシング和え ベーコンスープ パイン	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 バター 牛乳 チーズ ブロッコリー きゅうり 人参 ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ パイン	牛乳 スティックパン	フルーツゼリー ウエハース
8	金	安全指導の日 布団持ち帰り	魚フライ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	おひょう 卵 じゃが芋 きゅうり ハム 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 ジャムサンド
9	土				牛乳 サブレ	オレンジジュース クラッカー
11	月	絵本返却	焼きそば ごぼうのから揚げ 白ネギのあったかスープ りんご	中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし 青のり ごぼう ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 かぶ しめじ しょうが りんご	牛乳 ウエハース	牛乳 オープンサンド
12	火		高野豆腐のカツ ブロッコリーサラダ 里芋の味噌汁 いちご	高野豆腐 チーズ 卵 ブロッコリー もやし 人参 ごま 里芋 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご	牛乳 パナナ	豆乳 ビスケット
13	水		♥ボークカレー 野菜のドレッシングサラダ チーズ パナナ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ 人参 大根 ハム チーズ パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 カルシウムウエハース
14	木		チャプチェ きゅうりとささ身の和え物 わかめスープ オレンジ	春雨 牛肉 人参 玉ねぎ たら たけのこ ごま 鶏肉 きゅうり しめじ 人参 ごま わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 桜餅
15	金	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ バター グリンピース エビ 卵 ブロッコリー きゅうり レタス 食パン 卵 パイン いちご	のむヨーグルト	牛乳 いちごショートケーキ
16	土				牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
18	月		スパゲティーナボリタン キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ グレープフルーツ	スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン チーズ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 牛乳 グレープフルーツ	豆乳 米菓子	牛乳 フランスパン せんべい
19	火	食育の日	★松風焼 サクサクれんこんサラダ 油揚げの味噌汁 りんご	鶏肉 人参 ねぎ ごま れんこん 人参 きゅうり コーン レタス ひじき ハム しめじ 玉ねぎ 油揚げ ねぎ りんご	ヨーグルト	★じゃが芋のおやき
21	木		豚大根 ほうれん草の磯香和え 油揚げの味噌汁 オレンジ	豚肉 大根 人参 ごぼう 生姜 ほうれん草 人参 もやし のり佃煮 油揚げ 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	ぶどうゼリー	牛乳 カレー卵トースト
22	金	避難訓練 布団持ち帰り	煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁 りんご	赤魚 生姜 キャベツ マカロニ きゅうり 人参 コーン チーズ 玉ねぎ 小松菜 麩 ねぎ りんご	牛乳 ウエハース	豆乳 クッキー
23	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
25	月	お別れ会	♥肉うどん ウインナー ほうれん草のおかか和え オレンジ	うどん 豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 ねぎ なると ウインナー ほうれん草 人参 もやし かつお節 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 卵サンド いちご
26	火		肉じゃが かにかまぼこの酢の物 なめこ汁 パナナ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく いんげん かに蒲鉾 人参 キャベツ きゅうり 春雨 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ パナナ	牛乳 米菓子	オレンジジュース サブレ
27	水		♥揚げ餃子 中華和え ベーコンスープ グレープフルーツ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ しょうが きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 卵 玉ねぎ ベーコン パセリ 人参 グレープフルーツ	牛乳 ポーロ	フルーツ ヨーグルト
28	木		麻婆豆腐 小松菜のおかか和え さつま芋の味噌汁 パナナ	豆腐 豚肉 人参 ねぎ 玉ねぎ 生姜 小松菜 ほうれん草 もやし 人参 かつお節 さつま芋 玉ねぎ わかめ パナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 メロンパン
29	金		豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ ベーコンスープ オレンジ	豚肉 玉ねぎ たら 生姜 キャベツ きゅうり パイン ベーコン 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
30	土				牛乳 サブレ	りんごジュース 米菓子

おめでとうランチ・・・チキンライス エビフライ ブロッコリーサラダ サンドイッチ スープ パイン いちご

食育の日のサンプル展示は2歳児です。主食（御飯）の量は70gです。

今月の果物はいちご、りんご、パイン、オレンジ、グレープフルーツ。バナナを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。★印は新メニューです。♥印はリクエストメニューです。