

月	火	水	木	金	土
			1	2	3 わくわく弁当
			ごはん 酢鶏 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・酢 ケチャップ・砂糖・しょうゆ・片栗粉 ごま油 豆腐の中華サラダ 豆腐・キャベツ・人参・わかめ・酢 砂糖・しょうゆ・ごま油 大根のスープ 大根・えのきたけ ガラスープ(乳不使用)	ツイストパン (乳・卵アレルギー児・ドッグパン) のり塩チキン 鶏もも肉・青のり・食塩・サラダ油 ポテトサラダ じゃがいも・玉ねぎ・きゅうり・人参 (マヨネーズ・酢・砂糖・食塩 サラダ油) ブロッコリーのスープ ブロッコリー・コーン・コンソメ	ツナピラフ 米・ツナ缶・玉ねぎ・人参・コーン コンソメ ハンバーグ 豚ひき肉・玉ねぎ・パン粉・食塩・砂糖 サラダ油・ケチャップ・中濃ソース じゃがいもとほうれん草の ソテー じゃがいも・ほうれん草・人参 サラダ油・コンソメ
			わらびもち 片栗粉・砂糖・きなこ・黒糖 小魚	じゃこおほか焼おにぎり 米・しらす干し・かつお節・しょうゆ	ココアバナナケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・ココア バナナ・バター・砂糖・牛乳
5 郷土料理(沖縄)	6	7	8	9	10 わくわく弁当
ごはん ゴーヤチャンプルー ゴーヤ・豚こま肉・木綿豆腐・しょうゆ かつお節・砂糖・ごま油・だし・みりん 人参しりしり 人参・ツナ缶・ごま油・かつお節・だし 小ねぎ・しょうゆ・みりん もずくスープ もずく・小ねぎ・白りごま・しょうゆ ガラスープ(乳不使用)	カレーうどん ゆでうどん・豚こま肉・人参・大根 ねぎ・油揚げ・カレールー(乳不使用) しょうゆ・みりん・だし さつまいものレモン煮 さつまいも・砂糖・レモン汁 柿	ごはん 鮭の西京焼き 鮭・みそ・みりん・砂糖 ひじき煮 ひじき・油揚げ・人参・いんげん・砂糖 しょうゆ・みりん・サラダ油・だし なすとキャベツのみそ汁 なす・キャベツ・みそ・だし	ごはん 豚肉と大根のみそ炒め 豚こま肉・大根・小ねぎ・白滝 みそ・砂糖・しょうゆ・みりん・サラダ油 小松菜のおかか和え 小松菜・キャベツ・かつお節・しょうゆ きのこのすまし汁 しめじ・えのきたけ・ねぎ しょうゆ・だし	ロールパン (乳・卵アレルギー児・ドッグパン) 鶏肉のトマト煮 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン ケチャップ・砂糖・中濃ソース・コンソメ ほうれん草のツナサラダ ほうれん草・ツナ缶・人参・酢・砂糖 サラダ油・食塩 かぼちゃのスープ かぼちゃ・もやし・コーン・コンソメ	焼きおにぎり 米・かつお節・しょうゆ 豚肉のしょうが焼き 豚こま肉・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ みりん・サラダ油 もやしのさっぱり和え もやし・人参・コーン・しょうゆ・酢・砂糖
ココアちんすこう 小麦粉・ココア・砂糖・サラダ油	きのこのおこわ 米・もち米・まいたけ・しめじ・油揚げ 人参・しょうゆ・みりん・砂糖・だし	ブルーベリージャムサンド (食パン・ドッグパン) ブルーベリージャム	ビーフン ビーフン・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 もやし・ニラ・しょうゆ・ごま油 ガラスープ(乳不使用)	お月見団子 白玉粉・豆腐・かぼちゃ・しょうゆ 砂糖・みりん	黒ごまクッキー 小麦粉・バター・砂糖・黒いりごま
12	13	14	15	16	17 わくわく弁当
鶏のねぎ塩レモン丼 米・鶏もも肉・ねぎ・レモン汁・ごま油 食塩・砂糖・片栗粉 ガラスープ(乳不使用) スティック野菜 きゅうり・大根・人参・酢 砂糖・しょうゆ・サラダ油 チンゲン菜のスープ チンゲン菜・わかめ・ねぎ ガラスープ(乳不使用)	ツナのクリームパスタ スパゲティ・ツナ缶・玉ねぎ・キャベツ サラダ油(牛乳→豆乳)コンソメ 食塩・米粉 しらすとブロッコリーの サラダ しらす干し・ブロッコリー・人参・酢 砂糖・サラダ油・食塩 じゃがいものスープ じゃがいも・コーン・コンソメ・食塩	ごはん かれのい照り焼き かれい・しょうゆ・砂糖・みりん 五目煮 大豆水煮・人参・ごぼう・こんにやく いんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・だし さつまいものみそ汁 さつまいも・玉ねぎ・みそ・だし	ごはん 酢鶏 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・酢 ケチャップ・砂糖・しょうゆ・片栗粉 ごま油 豆腐の中華サラダ 豆腐・キャベツ・人参・わかめ・酢 砂糖・しょうゆ 大根のスープ 大根・えのきたけ ガラスープ(乳不使用)	ツイストパン (乳・卵アレルギー児・ドッグパン) のり塩チキン 鶏もも肉・青のり・食塩・サラダ油 ポテトサラダ じゃがいも・玉ねぎ・きゅうり・人参 (マヨネーズ・酢・砂糖・食塩 サラダ油) ブロッコリーのスープ ブロッコリー・コーン・コンソメ	ツナピラフ 米・ツナ缶・玉ねぎ・人参・コーン コンソメ ハンバーグ 豚ひき肉・玉ねぎ・パン粉・食塩・砂糖 サラダ油・ケチャップ・中濃ソース じゃがいもとほうれん草の ソテー じゃがいも・ほうれん草・人参 サラダ油・コンソメ
南国カルピスゼリー バナナ・カルピスゼリー・砂糖・粉寒天 (カルピス→豆乳) クラッカー	スイートポテト さつまいも・砂糖(バター・牛乳→豆乳) 黒いりごま	カレーチーズトースト (食パン・ドッグパン)豚ひき肉 玉ねぎ・カレールー(乳不使用) (チーズ→豆乳チーズ)	わらびもち 片栗粉・砂糖・きなこ・黒糖 おしやぶり昆布	じゃこおほか焼おにぎり 米・しらす干し・かつお節・しょうゆ	ココアバナナケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・ココア バナナ・バター・砂糖・牛乳
19	20	21	22	23	24 わくわく弁当
敬老の日	カレーうどん ゆでうどん・豚こま肉・人参・大根 ねぎ・油揚げ・カレールー(乳不使用) しょうゆ・みりん・だし さつまいものレモン煮 さつまいも・砂糖・レモン汁 柿	ごはん 鮭の西京焼き 鮭・みそ・みりん・砂糖 ひじき煮 ひじき・油揚げ・人参・いんげん・砂糖 しょうゆ・みりん・サラダ油・だし なすとキャベツのみそ汁 なす・キャベツ・みそ・だし	ごはん 豚肉と大根のみそ炒め 豚こま肉・大根・小ねぎ・白滝 みそ・砂糖・しょうゆ・みりん・サラダ油 小松菜のおかか和え 小松菜・キャベツ・かつお節・しょうゆ きのこのすまし汁 しめじ・えのきたけ・ねぎ しょうゆ・だし	秋分の日	焼きおにぎり 米・かつお節・しょうゆ 豚肉のしょうが焼き 豚こま肉・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ みりん・サラダ油 もやしのさっぱり和え もやし・人参・コーン・しょうゆ・酢・砂糖
	きのこのおこわ 米・もち米・まいたけ・しめじ・油揚げ 人参・しょうゆ・みりん・砂糖・だし	ブルーベリージャムサンド (食パン・ドッグパン) ブルーベリージャム	ビーフン ビーフン・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 もやし・ニラ・しょうゆ・ごま油 ガラスープ(乳不使用)		黒ごまクッキー 小麦粉・バター・砂糖・黒いりごま
26	27	28	29	30 誕生日会	
鶏のねぎ塩レモン丼 米・鶏もも肉・ねぎ・レモン汁・ごま油 食塩・砂糖・片栗粉 ガラスープ(乳不使用) スティック野菜 きゅうり・大根・人参・酢 砂糖・しょうゆ・サラダ油 チンゲン菜のスープ チンゲン菜・わかめ・ねぎ ガラスープ(乳不使用)	ツナのクリームパスタ スパゲティ・ツナ缶・玉ねぎ・キャベツ サラダ油(牛乳→豆乳)コンソメ 食塩・米粉 しらすとブロッコリーの サラダ しらす干し・ブロッコリー・人参・酢 砂糖・サラダ油・食塩 じゃがいものスープ じゃがいも・コーン・コンソメ・食塩	ごはん かれのい照り焼き かれい・しょうゆ・砂糖・みりん 五目煮 大豆水煮・人参・ごぼう・こんにやく いんげん・砂糖・しょうゆ・みりん・だし さつまいものみそ汁 さつまいも・玉ねぎ・みそ・だし	さつまいもごはん 米・さつまいも・食塩・黒いりごま 松風焼 鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・みそ しょうゆ・砂糖・サラダ油 キャベツのごま和え キャベツ・人参・いんげん・しょうゆ 砂糖・白すりごま ごぼうのみそ汁 ごぼう・油揚げ・ねぎ・みそ・だし	おたのみパン (乳・卵アレルギー児・ドッグパン) スパイシーチキン揚げ 鶏もも肉・カレー粉・しょうゆ・みりん サラダ油・片栗粉 じゃがいものソテー じゃがいも・人参・玉ねぎ・コーン コンソメ・サラダ油・食塩 ミネストローネ ペーコン(乳・卵不使用)・キャベツ 玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ・サラダ油 コンソメ・食塩 バナナ	
南国カルピスゼリー バナナ・カルピスゼリー・砂糖・粉寒天 (カルピス→豆乳) クラッカー	スイートポテト さつまいも・砂糖(バター・牛乳→豆乳) 黒いりごま	カレーチーズトースト (食パン・ドッグパン)豚ひき肉 玉ねぎ・カレールー(乳不使用) (チーズ→豆乳チーズ)	あんこのパウンドケーキ ホットケーキミックス・こしあん サラダ油(牛乳→豆乳)・砂糖	チーズケーキ クリームチーズ・生クリーム・砂糖 小麦粉 乳アレルギー児・いちごジャムマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー いちごジャム・豆乳・サラダ油)	

※ 都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※ 献立は、月2回の繰り返し献立になっています。1度目は食べられなくても、2度目は味を覚えてもらえるようになっています。

※ 食物アレルギー児のお子様は()が代替品となります。

※ 月～木、おやつ時、金、昼食時に牛乳(豆乳)を提供しています。

※ 土曜日は先生たちによる手作り弁当となります。

※ 月に1度、郷土料理か世界の料理を取り入れていきます。今月は沖縄県です。