



献立表

☆都合により材料を変更することがあります。

吉美こども園

日付	曜日	献立名	材料名	おやつ
1	水	あじの磯辺揚げ 小魚和え かきたまスープ オレンジ	あじ、小麦粉、青のり、油/ほうれん草、人参、水菜、ちりめんじゃこ/卵、玉ねぎ、人参、ベーコン、コンソメ/オレンジ	ヨーグルト、おかし
2	木	五目野菜つくね 蒸し野菜 春雨スープ バナナ	鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、れんこん、いんげん、ねぎ、しいたけ、土生姜/ブロッコリー、人参、かつお節/春雨、人参、玉ねぎ、小松菜、コンソメ/バナナ	おせんべい、牛乳
3	金	赤魚の煮付け かぼちゃサラダ 豚汁 りんご	赤魚、土生姜/かぼちゃ、コーン缶、きゅうり、マヨドレ/豚肉、里芋、玉ねぎ、人参、ごぼう、こんにゃく、油揚げ、ねぎ、みそ/りんご	☆ロックビスケット(小麦粉、B・P、バター、三温糖、卵、牛乳、コーンフレーク)、牛乳
6	月	カレイのパン粉焼き ブロッコリーときのこのサラダ すまし汁 オレンジ	カレイ、にんにく、パセリ、パン粉、カレー粉/ブロッコリー、人参、きゅうり、えのき、しめじ/なると、白菜、人参、玉ねぎ/オレンジ	☆揚げごぼう(ごぼう、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、いりごま)、牛乳
7	火	ミートスパゲティ にらたまスープ ふりかけ りんご	スパゲティ、牛ひき肉、玉ねぎ、人参、トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ/ニラ、卵、玉ねぎ、人参、コンソメ/ふりかけ/りんご	ビスケット、牛乳
8	水	チャプチェ たたききゅうり コンソメスープ バナナ	牛肉、たけのこ、ピーマン、人参、しいたけ、春雨/きゅうり、いりごま、ごま油/人参、玉ねぎ、チンゲン菜、コンソメ/バナナ	ヨーグルト、おかし
9	木	新じゃがの中華煮 おかか和え キウイ	じゃが芋、鮭、片栗粉、油、人参、玉ねぎ、キャベツ、コンソメ、ケチャップ/ほうれん草、人参、水菜、きゅうり、かつお節/キウイ	☆フレンチトースト(食パン、卵、バター、牛乳)、牛乳
10	金	お好み焼き風卵焼き 三食和え みそ汁 ゼリー	卵、小麦粉、豚ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、青のり、かつお節、ソース/いんげん、人参、もやし、マヨドレ、いりごま/油揚げ、人参、ねぎ、えのき、みそ/ゼリー	オレンジ、おかし、牛乳
13	月	鮭の西京焼き コーンとほうれん草のソテー 鶏のケチャップ煮 キウイ	鮭、土生姜、みそ/コーン缶、ほうれん草、ベーコン/鶏肉、マカロニ、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ケチャップ/キウイ	☆ごまだんご(豆腐、白玉粉、だんご粉、いりごま、砂糖)、牛乳(0、1、2、3歳児クラス おかし、牛乳)
14	火	ポークカレー バンバンジー りんご	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、いんげん、りんご、カレールー/鶏ささみ、きゅうり、もやし、人参、しょうが、ねぎ、いりごま/りんご	スティックパン、牛乳
15	水	鯖の竜田揚げ 切干大根の煮物 みそ汁 オレンジ	鯖、片栗粉、油、土生姜/切干大根、ねぎ、じゃが芋、人参、干しいたけ、ちくわ/キャベツ、人参、えのき、油揚げ、みそ/オレンジ	ヨーグルト、おかし
16	木	変わりハンバーグ 蒸し野菜 すまし汁 バナナ	豚ひき肉、牛ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、豆腐、パン粉、片栗粉、ケチャップ、カレー粉、ソース/ブロッコリー、人参、枝豆、マヨドレ/麩、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ/バナナ	☆フライドポテト(じゃが芋、油、塩)、牛乳
17	金	ジャージャー麺 わかめスープ チーズ	中華麺、豚ひき肉、土生姜、にんにく、たけのこ、干しいたけ、玉ねぎ、ねぎ、きゅうり、みそ/わかめ、じゃが芋、人参、コーン缶、コンソメ/チーズ	☆おにぎり(米、しらす干し、鮭、いりごま)、パイン缶
20	月	野菜たっぷりマーボー コーンスープ キウイ	豆腐、豚ひき肉、なす、たけのこ、人参、ピーマン、ねぎ、土生姜、にんにく、みそ/クリームコーン缶、干しいたけ、人参、玉ねぎ、ねぎ、卵、コンソメ/キウイ	☆ほうれん草の蒸しパン(小麦粉、B.P、ほうれん草、三温糖、油)、牛乳
21	火	カツオのみそ漬け焼き 青菜のじゃこ和え 大豆のスープ チーズ	かつお、みそ/ほうれん草、人参、もやし、白す干し/大豆、人参、玉ねぎ、ブロッコリー、ベーコン、コンソメ/チーズ	りんご、おかし、牛乳
22	水	肉団子汁 じゃが芋の金平 オレンジ	豚ひき肉、ねぎ、土生姜、片栗粉、春雨、小松菜、白菜、人参/じゃが芋、人参、ベーコン、いりごま/オレンジ	ヨーグルト、おかし
23	木	かわりフライ ひじきの中華和え みそ汁 りんご	白身魚、人参、パセリ、小麦粉、粉チーズ、油、パン粉/ひじき、人参、きゅうり、ハム、コーン缶、ごま油、いりごま/豆腐、えのき、人参、じゃが芋、みそ/りんご	☆フルーツ白玉(白玉粉、バナナ、みかん缶、パイン缶、砂糖)、牛乳(0、1、2、3歳児クラス おかし、牛乳)
24	金	ケロケロランチ すまし汁 バナナ	米、まぜこみわかめ、ケチャップ/ブロッコリー、人参、枝豆、マヨドレ/ウインナー、人参、玉ねぎ、コーン缶、グリーンピース、小麦粉、油/豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ/バナナ	おたのしみおやつ、牛乳
27	月	ささみフライ ゆで野菜 ポテトスープ チーズ	鶏ささみ、にんにく、小麦粉、パン粉、油/キャベツ、人参、きゅうり/じゃが芋、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、コンソメ/チーズ	キウイ、おかし、牛乳
28	火	まごころ弁当		☆ひじきドーナツ(ひじき、ホットケーキミックス、かぼちゃ、豆腐、油)、牛乳
29	水	鮭のグラタン おかか和え 煮昆布 オレンジ	鮭、マカロニ、人参、マッシュルーム、玉ねぎ、ほうれん草、コンソメ、バター、薄力粉、スキムミルク、粉チーズ、パン粉/ブロッコリー、人参、かにかまぼこ、かつお節/昆布、いりごま/オレンジ	ヨーグルト、おかし
30	木	豚の生姜焼き 春雨サラダ みそ汁 りんご	豚肉、土生姜、玉ねぎ/春雨、きゅうり、人参、ハム、ひじき/小松菜、人参、玉ねぎ、わかめ、みそ/りんご	黒糖パン、牛乳



お知らせ



☆幼児クラスは週に1回程度のむヨーグルトを飲みます。

4日(土)ぶどう組親子遠足

17日(金)中華めんの日 (ご飯はいりません)

24日(金)誕生会 (ご飯はいりません)

28日(金)まごころ弁当