

日	曜日	昼食献立名	主な食材	午後おやつ 献立名	ひとくちメモ 今月の献立
1	土	八宝菜丼 中華スープ 果物	米 豚肉 白菜 青梗菜 人参 エリンギ 玉葱 きくらげ なんと 生姜 ニラ 豆腐 わかめ	牛乳 ポリコーン	 今月の国は、イギリスです
3	月	ちらし寿司 菜の花の酢味噌和え 清汁 果物 (ひなまつり)	米 かんぴょう しいたけ 蓮根 人参 海老 卵 でんぶ いんげん のり 菜の花 キャベツ 人参 麩 みつば	牛乳 ひなまつりブラウニー	
4 ・ 18	火	ナポリタンスパゲッティ 南瓜サラダ☆ チキンスープ 果物	パスタ ウインナー 人参 玉葱 ピーマン チーズ 南瓜 きゅうり 人参 レーズン ツナ缶 鶏肉 白菜 わかめ	牛乳 ④とろろおにぎり ⑱ほたもち	
5 ・ 19	水	ごはん ⑤鮭フライ ⑱川崎春巻き キャベツサラダ 味噌汁 果物	米 ⑤鮭 卵 パン粉 ⑱じゃが芋 のらぼう菜 チーズ 豚肉 玉葱 人参 コーン 春巻きの皮 キャベツ きゅうり 人参 セロリ 大根 ニラ 油揚げ	牛乳 フルーツポンチ☆	
6	木	パン コテージパイ スコッチブロス 果物 (イギリス)	パン じゃが芋 バター 牛乳 塩 豚挽肉 にんにく 玉葱 人参 鶏肉 玉葱 セロリ 人参 キャベツ 押し麦	牛乳 ヴィクトリア・サンドウィッチケーキ	 スコッチブロスとは、肉、野菜、大麦、豆などの穀物類が入ったスコットランド料理の具沢山スープです。スコッチが「スコットランド産」を表し、ブロスは「とろみのない澄んだスープ」を意味します。
7 ・ 21	金	ごはん 魚の照り焼き 五目きんぴら 生姜味噌汁 果物	米 カレー ごぼう 人参 蓮根 こんにゃく ピーマン ごま 白菜 えのき ニラ 生姜	牛乳 ぱりぱりピザ☆	
8 ・ 22	土	チキンピラフ ポテロサラダ かぶのスープ 果物	米 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース コーン ブロッコリー じゃが芋 人参 ツナ缶 かぶ わかめ	牛乳 ゼリー おせんべい	
10 ・ 24	月	豚丼 パインサラダ☆ 味噌汁 果物	米 玄米 豚肉 玉葱 白滝 人参 グリンピース キャベツ きゅうり セロリ パイン缶 ニラ 厚揚げ えのき	牛乳 ポテトフライ	
11	火	☆☆☆ らいおんぐみ スペシャル おたんじょうかい メニュー カレーライス ぼてぼてサラダ 果物 (誕生会)	米 玄米 豚肉 玉葱 人参 エリンギ 南瓜 ルウ じゃが芋 さつま芋 人参 きゅうり ツナ缶	☆☆☆ 牛乳 ココアプリン	 ヴィクトリア・サンドウィッチケーキとは、丸い型で焼いたスポンジ生地にはジャムやバタークリームを挟んだとてもシンプルな焼き菓子です。
25	火	ごはん レバーの香り揚げ 小松菜の磯マヨ和え 味噌汁 果物	米 レバー ピーマン 生姜 小松菜 人参 ツナ缶 海苔 豆腐 なめこ 長葱	牛乳 アイスクリーム☆ ウエハース	
12 ・ 26	水	ごはん 鯖の味噌煮 切干大根の炒め煮 清汁 果物	米 鯖 生姜 切干大根 人参 いんげん ちくわ 油揚げ もずく かまぼこ ほうれん草	牛乳 アップルパイ	
13 ・ 27	木	醤油ラーメン☆ 花野菜サラダ 果物	中華麺 焼き豚 長葱 なんと わかめ にんにく 生姜 ブロッコリー カリフラワー ツナ缶	牛乳 ⑬手作りふりかけごはん ⑳かき揚げ丼☆	
14 ・ 28	金	ごはん 照り焼きチキン マカロニサラダ☆ 春雨スープ 果物	米 鶏肉 生姜 マカロニ きゅうり ハム コーン 青梗菜 玉葱 人参 春雨	牛乳 ⑭菜っちー ㉑ホットドック☆	今月の平均栄養価 幼児クラス エネルギー：596Kcal たんぱく質：22.2g 脂質：18.9g 乳児クラス エネルギー：501Kcal たんぱく質：18.9g 脂質：16.3g
15 ・ 29	土	ビビンバ ナムル わかめスープ 果物	米 豚肉 にんにく 生姜 人参 もやし 小松菜 もやし ニラ 人参 ごま油 わかめ 豆腐 小葱	牛乳 お米de菓子	
17 ・ 31	月	ごはん のり塩チキン 彩り和え 味噌汁 果物	米 鶏肉 青のり キャベツ もやし カニカマ コーン ひじき 大根 なめこ 長葱	牛乳 ⑰ポップコーン ㉒みかんケーキ☆	

※献立表には記載していませんが、乳児クラスは午前おやつに牛乳を飲みます。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※今月の果物は「いちご・デコポン・清見・オレンジ・バナナ」を予定しています。

