献立表（3歳未満児）

日／曜	献立名		材料名（昼食・3時おやつ） 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ 3時おやつ
2 月	ごはん	メンチカツ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ	米、油、卵抜きマヨネーズ、せんべい	メンチカツ、豆乳、ウインナー、牛乳	ブロッコリー、白菜、玉ねぎ、人参、コーン	朝）牛乳 せんべい 牛乳
4 水	ごはん	肉団子の酢豚風 チンゲン菜の中華和え ゼリー	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、油、大豆バター、ごま油、ゼリー	肉団子、鶏ささみフレーク、牛乳	玉ねぎ、人参、もやし、チンゲン菜、ピーマン、えのき茸、干ししいたけ	朝）牛乳 ＊じゃがいももち 牛乳
5 木	ごはん	豚肉のしょうが焼き 大根サラダ 里芋のみそ汁	米、さといも、大豆バター、砂糖、油、食パン	豚肉、ツナ油漬、みそ、きな粉、牛乳	大根、玉ねぎ、きゅうり、人参、ねぎ、しょうが	朝）ヨーグルト ＊きなこトースト 牛乳
6 金	ごはん	きのこ御飯 鮭の塩焼き いんげんの和え物 豆腐とねぎのすまし汁	米	豆腐、鶏もも肉、鮭、ヨーグルト、カットわかめ、牛乳	いんげん、人参、白ねぎ、しめじ、エリンギ、干ししいたけ	朝）牛乳 ヨーグルト
7 土	パン	ジャム 牛乳 チーズ	食パン、パイ菓子、ジャム	牛乳、チーズ		ゼリー パイ菓子 野菜ジュース
9 月	ごはん	厚揚げのミートソース煮 焼きかぼちゃ マカロニサラダ	米、マカロニ、卵抜きマヨネーズ、油、片栗粉、砂糖、ムースベース	厚揚げ、豚ひき肉、牛乳	かぼちゃ、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、コーン、いんげん、ホールトマト、しめじ	朝）牛乳 ＊いちごムース
10 火	ごはん	豚肉とねぎの香味炒め コーンポテト 大根と玉ねぎのみそ汁	米、じゃがいも、ホットケーキミックス、砂糖、油、ごま油	豚肉、豆乳、みそ、油揚げ、牛乳	玉ねぎ、大根、人参、もやし、バナナ、コーン、ねぎ、しょうが	朝）ヨーグルト ＊バナナケーキ 牛乳
11 水	ごはん	白身魚のみそ焼き ひじき豆 豆腐とえのきのすまし汁	米、さつまいも、砂糖、油、米粉	豆腐、水煮大豆、油揚げ、ちくわ、みそ、ホキ、カットわかめ、ひじき、牛乳	えのき茸、人参、ねぎ、いんげん	朝）野菜ジュース ＊さつまいもスティック 牛乳
12 木	スパゲティ	鮭の豆乳スパゲティ ウインナー キャベツのサラダ	スパゲティ、米、砂糖、油	豆乳、さけフレーク、ウインナー、牛乳	キャベツ、玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ、コーン、エリンギ	朝）牛乳 ＊おにぎり
13 金	ごはん	散らし寿司 ハンバーグ 大根のすまし汁	米、砂糖、せんべい	錦糸卵、かまぼこ、高野豆腐、ハンバーグ、牛乳	大根、人参、いんげん、ねぎ、ほうれん草、干ししいたけ、こんぶ	朝）牛乳 せんべい 牛乳
14 土	パン	ジャム 牛乳 チーズ	食パン、ビスケット、ジャム	牛乳、チーズ		ゼリー ビスケット 野菜ジュース
16 月	●ごはん	チキンカレー ツナサラダ 果物	米、じゃがいも、カレールウ、砂糖、大豆バター、ホットケーキミックス	鶏もも肉、豆乳、ツナ油漬、おから、牛乳	玉ねぎ、みかん、人参、チンゲン菜、コーン	朝）野菜ジュース ＊おからマフィン 牛乳
17 火	パン	チーズ ほうれん草のソテー 野菜のクリーム煮	米、じゃがいも、砂糖、油、食パン、シチュールウ	鶏もも肉、ベーコン、赤みそ、チーズ、牛乳	玉ねぎ、ほうれん草、人参、もやし、いんげん	朝）牛乳 ＊五平餅
18 水	ごはん	白身魚のｹﾁｬｯﾌﾟ焼き 小松菜のごま和え コンソメスープ	米、油、砂糖、ごま、ホットケーキミックス	豆腐、鶏ささみフレーク、ホキ、牛乳	小松菜、玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン、りんご	朝）牛乳 ＊豆腐ドーナツ 牛乳
19 木	うどん	きつねうどん チキンナゲット ゆかり和え	ゆでうどん、砂糖、マフィン	油揚げ、かまぼこ、チキンナゲット、カットわかめ、牛乳	キャベツ、人参、もやし、ねぎ	朝）ヨーグルト マフィン 牛乳
20 金	ごはん	肉じゃが ほうれん草とひじきの白和え 豆乳プリン	米、じゃがいも、糸こんにゃく、砂糖、油、ごま、せんべい、豆乳プリン	豚肉、豆腐、白みそ、牛乳、ひじき	玉ねぎ、人参、ほうれん草	朝）牛乳 せんべい
21 土	パン	ジャム 牛乳 チーズ	食パン、せんべい、ジャム	牛乳、チーズ		ゼリー せんべい 野菜ジュース
24 火	ごはん	赤魚のしょうゆ焼き 花野菜のかつお和え さつまいものみそ汁	米、さつまいも、きなこ菓子	油揚げ、みそ、赤魚、花かつお、牛乳	大根、ブロッコリー、カリフラワー、ねぎ	朝）牛乳 きなこ菓子 牛乳
25 水	ごはん	ポテトオムレツ 昆布和え 厚揚げのみそ汁	米、ホットケーキミックス、じゃがいも、卵抜きマヨネーズ、油	卵、豆乳、厚揚げ、ツナ油漬、みそ、カットわかめ、塩こんぶ、牛乳	もやし、大根、小松菜、人参、玉ねぎ、ピーマン	朝）牛乳 ＊ツナマヨ蒸しパン
26 木	ごはん	鶏肉のレモン風味 さつま芋サラダ コーンスープ	米、さつまいも、小麦粉、油、卵抜きマヨネーズ、片栗粉、いちごジャム、砂糖	鶏もも肉、豆乳、牛乳	玉ねぎ、クリームコーン、きゅうり、人参、エリンギ、コーン、レモン果汁	朝）ヨーグルト ＊いちごスコーン 牛乳
27 金	●ごはん	中華丼 しゅうまい 涼伴三絲	米、春雨、砂糖、油、片栗粉、ビスケット、ごま油	豚肉、ハム、ポークしゅうまい、牛乳	玉ねぎ、きゅうり、もやし、人参、チンゲン菜、干ししいたけ	朝）牛乳 ビスケット
28 土	パン	ジャム 牛乳 チーズ	食パン、せんべい、ジャム	牛乳、チーズ		ゼリー せんべい 野菜ジュース
30 月	ごはん	鶏肉の甘煮 きゅうりとかまぼこの酢の物 芋煮汁	米、さといも、砂糖、ゼリー	鶏もも肉、かまぼこ、油揚げ、みそ、牛乳	きゅうり、人参、大根、ねぎ、しょうが	朝）牛乳 ゼリー

※●印の日にはスプーンが必要です。　※＊印がついているおやつは園で手作りしています。

献立表（3歳以上児）

午　後　お　や　つ				
2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）
せんべい	文化の日	＊じゃがいももち	＊きなこトースト	ヨーグルト
9日（月）	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）
＊いちごムース	＊バナナケーキ	＊さつまいも スティック	＊おにぎり	せんべい
16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）
＊おからマフィン	＊五平餅	＊豆腐ドーナツ	ロールケーキ	かりんとう
23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）
勤労感謝の日	＊麩のラスク	＊ツナマヨ 蒸しパン	＊いちごスコーン	ビスケット
30日（月）				
ゼリー				