

献立予定表

日	曜	主食	副食		おやつ	
			共	通	午前(未満児)	午後(共通)
1	月	ご飯	白身魚の西京焼き	春雨の酢の物 りんご 豆腐のスープ	牛乳 ミルクスティック	牛乳★さつま芋のつき揚げ
2	火	ご飯	鶏の唐揚げ	スパゲティサラダ パイナップル なめこの味噌汁	牛乳 枝豆	牛乳★りんごパイ
3	水	ご飯	肉じゃが	トマト チーズキャッチ オレンジ 卵スープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳★スキムクッキー
4	木	ご飯	鮭のムニエル	三色サラダ いちご 野菜スープ	牛乳 ポテトチップス	牛乳 ★豆花
5	金	カレーライス	ビーフカレー	ブロッコリーのおかか和え パイン缶 はんぺんの吸い物	牛乳 動物クッキー	牛乳 バナナ
6	土	モーニングロールパン	仲良しうどん	焼きししゃも 人参きんぴら ミニトマト キウイ	牛乳 ふかし芋	牛乳 しょうゆせん
8	月	ご飯	白身魚のタルタルソース	ほうれん草の和え物 いちご 油揚げと大根の味噌汁	牛乳 野菜スティック	牛乳★おからホットケーキ
9	火	ご飯	鶏肉のケチャップソテー	あっさりサラダ キウイ ホワイトシチュー	牛乳 枝豆	牛乳★米粉かりんとう
10	水	にんじんご飯	すり身の餃子揚げ	ブロッコリー 納豆 パイナップル きのことスープ	牛乳 クラッカー	牛乳★ヨーグルトゼリー
11	木	ご飯	白身魚の利休焼き	ひじきとベーコンサラダ デコポン そうめんスープ	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 ★スコーン
12	金	カレーライス	チーズカレー	スティックサラダ もも缶 すまし汁	牛乳 バナナ	牛乳 ★マフィン
13	土	食パン	焼豚ラーメン	ミニトマト 大豆と昆布の煮物 オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	牛乳 ミレービスケット
15	月	ご飯	さばの味噌煮	じゃが芋の塩昆布和え ミニトマト りんご きのことスープ	牛乳 カル鉄スティック	牛乳★もちもちドーナツ
16	火	たけのこご飯	えびフライ	ひじきと大豆の煮物 パイナップル 白菜のスープ	牛乳 枝豆	牛乳 ★あべかわ団子
17	水	ご飯	ポークピカタ	アスパラのピーナツ和え いちご 春雨スープ	牛乳 小魚スナック	牛乳 ★大学芋
18	木	ご飯	鮭の幽庵焼き	納豆の中華和え オレンジ 豆腐の味噌汁	牛乳 きなこあられ	牛乳 ★フルーツゼリー
19	金	お弁当の日(歓迎遠足)			牛乳 お菓子	牛乳 おまんじゅう
20	土	モーニングロールパン	ひじき麺	五目きんぴら シューマイ パイナップル	牛乳 バナナケーキ	牛乳 ベアビスケット
22	月	ご飯	魚のカラフル焼き	焼きかぼちゃ ミニトマト パイナップル コンソメスープ	牛乳 おせんべい	牛乳★フレンチトースト
23	火	ご飯	ピーマンの肉詰め	マカロニサラダ いちご もやしスープ	牛乳 枝豆	牛乳 ★麩のラスク
24	水	にんじんご飯	大豆入り筑前煮	シャウエッセン ミニトマト キウイ かき玉スープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★いきなり団子
25	木	ご飯	さばの竜田揚げ	ほうれん草のアーモンド和え 納豆 デコポン 厚揚げの味噌汁	牛乳 野菜スナック	牛乳★フルーツヨーグルト
26	金	(お誕生会) こいのぼりランチ	手羽元の唐揚げ	スティックサラダ ミニトマト いちご 豆腐のスープ	牛乳 ひじきスティック	牛乳 プリン
27	土	食パン	スパゲティ	ブロッコリー パイナップル 若竹汁	牛乳 ふかし芋	牛乳 こつぶあられ

※都合により献立を変更する場合があります

★は手作りおやつです

19日 お弁当の日
(歓迎遠足)
26日 お誕生会

献立紹介・・・ヨーグルトゼリー(10日おやつ)

〈材料〉
 ヨーグルト 450ml
 砂糖 50g
 レモン汁 大さじ2
 ゼラチン 5g(水…20cc)
 牛乳 少々

〈作り方〉
 ①ヨーグルトを水切りする。
 ②ゼラチンを20ccの水にふやかす。
 ③牛乳を温め砂糖を溶かし、ゼラチンもよく溶かす。
 ④泡だて器で良く混ぜたヨーグルトの中に③を入れレモン汁を加える。
 ⑤ビスケットを入れた器に④を入れ冷蔵庫で冷やし固める。

