

# 献立予定表

日	曜	主食	副食 共通	おやつ	
				午前(未満児)	午後(共通)
1	水	ご飯	肉じゃが 枝豆 ミニトマト デコボン 春雨スープ	牛乳 ひじきスティック	牛乳 ★チョコケーキ
2	木	ご飯	鮭のムニエル 大根サラダ パイナップル 南瓜のポタージュ	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 ★花びらもち
3	金	ナン カレーライス	バターチキンカレー フライドポテト チョップドサラダ パイン缶	牛乳 根昆布あられ	牛乳 丸ボーロ
4	土	食パン	焼豚ラーメン ししゃもの磯辺揚げ キャベツソテー オレンジ	牛乳 ★ふかし芋	牛乳 小袋菓子
6	月	ご飯	サバの蒲焼 ワカメとじゃこの酢の物 パイナップル かぼちゃの味噌汁	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★もちもちドーナツ
7	火	(誕生会) オムライス 照り焼きチキン ブロッコリーと卵のサラダ いちご きのこスープ		牛乳 カップケーキ	牛乳 ミルクレープ
8	水	とうもろこしご飯	大豆入り筑前煮 シャウエッセン ミニトマト キウイ そうめんスープ	牛乳 桜えびせんべい	牛乳 ★あべかわ団子
9	木	ご飯	チキン南蛮 ほうれん草のピーナツ和え もも缶 かぶのコンソメスープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★りんごパイ
10	金	ご飯	唐揚げ ブロッコリー 枝豆 うさぎりんご	牛乳 ミニゼリー	牛乳 まあるいクラッカー
11	土	ロールパン	長崎ちゃんぽん エビしゅうまい 南瓜のそぼろあんかけ デコボン	牛乳 ★マカロニあべかわ	牛乳 小袋菓子
13	月	ご飯	魚のフライ スパゲティサラダ オレンジ キャベツの味噌汁	牛乳 かぼちゃクッキー	牛乳 ★バナナマフィン
14	火	にんじんご飯	揚げ餃子 わかめとツナのナムル パイナップル 中華スープ	牛乳 おたのしみカステラ	牛乳 ★アンパンマンクッキー
15	水	炊き込みご飯	ピーマンの肉詰め ミニトマト ミニゼリー 豆腐のスープ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★チーズケーキ
16	木	世界の料理【フランス】えびのクロケット フレンチサラダ いちご ポトフ パン		牛乳 ひじきせんべい	牛乳 ★クレープシュゼット
17	金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ もも缶 もやしスープ	牛乳 あげまる	牛乳 バームクーヘン
18	土	ロールパン	ひじき麺 メンチカツ 枝豆 いちご	牛乳 ★ふかし芋	牛乳 小袋菓子
20	月	ご飯	魚のバター醤油焼き あっさりサラダ パイナップル コーンスープ	牛乳 チーズクラッカー	牛乳 ★さつま芋のつき揚げ
22	水	ご飯	鶏の唐揚げ コールスローサラダ デコボン 豚汁	牛乳 バナナ	牛乳 ★パンケーキ
23	木	ご飯	魚の西京焼き ミモザサラダ もも缶 白菜のスープ	牛乳 かにボンセン	牛乳 ★パンナコッタ
24	金	ご飯	牛丼 かぼちゃのホクホク焼き いちご すまし汁	牛乳 キヌアあられ	牛乳 クリームまんじゅう
25	土	食パン	きつねうどん チキンナゲット 炒り豆腐 キウイ	牛乳 ★りんごマフィン	牛乳 小袋菓子
27	月	ご飯	カレイの幽庵焼き 納豆の中華和え ミニゼリー きのこの味噌汁	牛乳 ウエハース	牛乳 ★大学芋
28	火	にんじんご飯	グラタン コブサラダ いちご 野菜スープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★スキムミルククッキー
29	水	ご飯	さばの味噌煮 ブロッコリーのアーモンド和え パイナップル 卵スープ	牛乳 塩せんべい	牛乳 ★みかんゼリー
30	木	ご飯	白身魚の利休焼き 春雨の酢の物 デコボン けんちん汁	牛乳 カル鉄スティック	牛乳 ★モンブラン
31	金	カレーライス	ビーフカレー スティックサラダ もも缶 すまし汁	牛乳 セサミラスク	牛乳 おまんじゅう

※都合により献立を変更する場合があります ★印は手作りおやつです  
 アレルゲン(卵・乳製品・小麦・えび他)を含む場合は、完全除去食または代替え給食で対応します。



材料  
 ブロッコリー 1個  
 ゆで卵 2個  
 シーチキン  
 またはサラダチキン 1缶  
 マヨネーズ 大さじ3  
 カレー粉 少々

カレー風味でおいしい!!  
 〈ブロッコリーと卵のサラダ〉

作り方  
 ①ブロッコリーは一口大に切り、沸騰したお湯で茹でて火が通ったらザルに上げておく。  
 ②ボウルにゆで卵を入れ、フォークでざっくり潰す。  
 ブロッコリー、油を切ったシーチキンまたはほぐしたサラダチキンを入れマヨネーズとカレー粉で味を付けたら完成☆彡 (カレー粉はお好みで加減してください)

材料  
 キャベツ 1/4個  
 人参 1/4本  
 コーン 大さじ2  
 マヨネーズ 大さじ3  
 酢 大さじ1  
 砂糖 小さじ2

キャベツがたくさん食べれる  
 〈コールスローサラダ〉

作り方  
 ①キャベツと人参は千切りにする。塩もみをしてしばらく置いておく。  
 ②ボウルにマヨネーズ、酢、砂糖を合わせて混ぜておく。  
 ③1の野菜の水気をぎゅっと絞ってからボウルに入れる。コーンも入れて、混ぜる。塩コショウで味を整えたら完成☆彡

