

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	2 牛乳、きらきら星のおせんべい	3 牛乳、どうぶつ園のビスケット	4 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食			御飯、みそ汁(はくさい・なす)、肉豆腐(ひき肉)、トマト、りんご	御飯、みそ汁(さつまいも・もやし)、鮭のきのこあんかけ、切干し大根の旨煮、バナナ	御飯、コーンスープ、ハンバーグ、ブロッコリーのおかか和え、りんご	わかめうどん、さつまいもの煮物、バナナ
午後			牛乳、ミルクパン	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、おかか御飯
午前	6 牛乳、きらきら星のおせんべい	7 牛乳、どうぶつ園のビスケット	8 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	9 牛乳、きらきら星のおせんべい	10 牛乳、どうぶつ園のビスケット	11 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、鶏肉の甘酢煮、ほうれん草のごま和え、りんご	御飯、みそ汁(たまねぎ・かぼちゃ)、さごしの焼きおろし煮、きゅうりの昆布あえ、バナナ	カレーライス、キャベツのコーン和え、りんご	御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、カレイの竜田揚げ、もやしと小松菜のお浸し、バナナ	ロールパン、ポークビーンズ、りんご、白菜のツナ和え	ひじきチャーハン、みそ汁(かぼちゃ・あげ)、バナナ
午後	牛乳、ジャムサンドクラッカー	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、野菜うどん	牛乳、おかか御飯	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、マカロニきな粉
午前	13 牛乳、きらきら星のおせんべい	14 牛乳、どうぶつ園のビスケット	15 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	16 牛乳、きらきら星のおせんべい	17 牛乳、どうぶつ園のビスケット	18 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、鶏の塩焼き、チンゲン菜のコーン和え、りんご	御飯、みそ汁(大根・えのき)、豆腐ハンバーグのあんかけ、ほうれん草のおかか和え、バナナ	御飯、はるさめスープ、八宝菜、かぼちゃの甘煮、りんご	ロールパン、クリームシチュー、キャベツのツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、さごしの野菜とろみ煮、ひじきの煮物、りんご	ケチャップライス(ツナ)、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、みかんゼリー	牛乳、昆布御飯	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、蒸し芋
午前	20 牛乳、きらきら星のおせんべい	21 牛乳、どうぶつ園のビスケット	22 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	23 牛乳、きらきら星のおせんべい	24 牛乳、どうぶつ園のビスケット	25 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、小松菜のおかか和え、りんご	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、マーボー豆腐、きゅうりの酢の物(ツナ)、バナナ	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、白身魚のフライ、ブロッコリーのごまあえ、りんご	御飯、みそ汁(えのき・厚揚げ)、豚肉とキャベツのみそ炒め、トマト、バナナ	リースハヤシライス、チンゲン菜のツナ和え、いちご	焼きそば、中華スープ、バナナ
午後	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、ツイストパン	牛乳、ビーフン	牛乳、野菜うどん	牛乳、さつまいものパンケーキ	牛乳、昆布御飯
午前	27 牛乳、きらきら星のおせんべい	28 牛乳、どうぶつ園のビスケット	29	30	31	
昼食	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、鮭のごま焼き、ほうれん草のおかか和え、りんご	御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鶏のから揚げとろみあん、白菜の昆布和え、バナナ				
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、おさかなごはん				
						
<p>食育活動『寒さに負けない体を作ろう』</p>						
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>						

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳、きらきら星のおせんべい	2	牛乳、どうぶつ園のビスケット	3		4	牛乳、きらきら星のおせんべい	5	牛乳、どうぶつ園のビスケット	6	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁（大根・なす）、カレイの竜田揚げ、白菜の昆布和え、りんご		さつま芋御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉と野菜の炒め物、トマト、バナナ				御飯、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、鶏つくねのあんかけ（ひじき）、ほうれん草のおかか和え、バナナ		御飯、みそ汁（たまねぎ・じゃがいも）、鮭のカレーパン粉焼き、ブロッコリーのごまあえ、りんご		肉みそうどん、かぼちゃの甘煮、バナナ	
午後	牛乳、マカロニのケチャップ炒め（ツナ）		牛乳、ミルクパン				牛乳、ジャムサンドクラッカー		牛乳、フルーツヨーグルト（バナナ）		牛乳、昆布御飯	
午前	8	牛乳、きらきら星のおせんべい	9	牛乳、どうぶつ園のビスケット	10	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	11	牛乳、きらきら星のおせんべい	12	牛乳、どうぶつ園のビスケット	13	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	三色そばろ丼、みそ汁（はくさい・えのき）、さつま芋の煮物、りんご		御飯、みそ汁（大根・厚揚げ）、肉じゃが、きゅうりの酢の物（ツナ）、バナナ		御飯、みそ汁（たまねぎ・かぼちゃ）、さごしの焼きおろし煮、チンゲン菜のコーン和え、りんご		ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、キャベツのツナ和え、バナナ		カレーライス、ブロッコリーのおかか和え、りんご		ひじきチャーハン、みそ汁（じゃがいも・あげ）、バナナ	
午後	牛乳、おかか御飯		牛乳、みかんゼリー		牛乳、豆乳フレンチトースト		牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯		牛乳、野菜うどん		牛乳、マカロニきな粉	
午前	15	牛乳、きらきら星のおせんべい	16	牛乳、どうぶつ園のビスケット	17	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	18	牛乳、きらきら星のおせんべい	19	牛乳、どうぶつ園のビスケット	20	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁（豆腐・もやし）、カレイの野菜とろみ煮、切干し大根の旨煮、りんご		御飯、みそ汁（大根・なす）、鶏のトマト煮、小松菜とコーンのお浸し、バナナ		御飯、みそ汁（じゃがいも・わかめ）、マーボー豆腐、白菜のツナ和え、りんご		御飯、豚汁、鮭のごま焼き、きゅうりの昆布あえ、バナナ		御飯、はるさめスープ、ハッパ菜、トマト、りんご		スパゲティー（ツナ）、野菜スープ、バナナ	
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き		牛乳、昆布御飯		牛乳、かぼちゃのパンケーキ		牛乳、マカロニきな粉		牛乳、ジャムサンド（いちご）		牛乳、おかか御飯	
午前	22	牛乳、きらきら星のおせんべい	23		24	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	25	牛乳、きらきら星のおせんべい	26	牛乳、どうぶつ園のビスケット	27	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁（えのき・さつまいも）、豆腐ハンバーグのあんかけ、ほうれん草のごまあえ、りんご				御飯、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、さごしの甘酢煮、ひじきの煮物、りんご		ハヤシライス、ブロッコリーのごまあえ、バナナ		御飯、みそ汁（豆腐・なす）、鶏のから揚げとろみあん、小松菜のおかか和え、りんご		中華丼、中華スープ、バナナ	
午後	牛乳、フルーチェ				牛乳、野菜うどん		牛乳、ツイストパン		牛乳、ビーフン		牛乳、ジャムサンドクラッカー	
午前	29	牛乳、きらきら星のおせんべい	30	牛乳、どうぶつ園のビスケット								
昼食	御飯、みそ汁（たまねぎ・じゃがいも）、白身魚のフライ、キャベツのカレー炒め、りんご		ロールパン、クリームシチュー、チンゲン菜のコーン和え、バナナ									
午後	牛乳、さつま芋のパンケーキ		牛乳、おさかなごはん									
												
<p><b>食育活動『よく噛んで食べよう』</b></p>												
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>												

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1	2
昼食					牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、さごしの竜田揚げ、ブロッコリーのごまあえ、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ わかめうどん、さつま芋の煮物、バナナ
午後					牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、おかか御飯
午前	4	5	6	7	8	9
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、チンゲン菜のツナ和え、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット カレーライス、キャベツのコーン和え、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、鶏のきのこあんかけ、切干し大根の旨煮、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(大根・なす)、鶏のトマト煮、ほうれん草のおかか和え、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(さつまいも・わかめ)、肉豆腐(ひき肉)、トマト、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ チキンライス、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、ジャムサンドクラッカー	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、ミルクパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、マカロニきな粉
午前	11	12	13	14	15	16
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、カレイの焼きおろし煮、小松菜とコーンのお浸し、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、鶏肉の甘酢煮、きゅうりの昆布あえ、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、ブロッコリーのおかか和え、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(ほくさい・なす)、さごしのカレーあんかけ、さつま芋の煮物、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット ハヤシライス、キャベツのツナ和え、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 焼きそば、中華スープ、バナナ
午後	牛乳、さつま芋のパンケーキ	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、おさかなごはん	牛乳、みかんゼリー	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、ジャムサンドクラッカー
午前	18	19	20	21	22	23
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(大根・わかめ)、鶏のから揚げとろみあん、ほうれん草のごま和え、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、鮭のごま焼き、白菜のおかか和え、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、はるさめスープ、八宝菜、蒸しかぼちゃ、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、豆腐ハンバーグのあんかけ、きゅうりの酢の物(ツナ)、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(たまねぎ・なす)、白身魚のフライ、チンゲン菜のコーン和え、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、バナナ
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、ビーフン	牛乳、おかか御飯	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、昆布御飯
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、さごしの野菜とろみ煮、ひじきの煮物、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、マーボー豆腐、ブロッコリーのごまあえ、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、すき焼き煮、トマト、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鮭の塩焼き、キャベツのカレー炒め、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット ロールパン、ハロウィンシチュー(かぼちゃ)、もやしと小松菜のお浸し、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 野菜そぼろ丼、みそ汁(大根・あげ)、バナナ
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、昆布御飯	牛乳、ツイストパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、ケチャップライス	牛乳、蒸し芋
食育活動『好き嫌いせずに食べよう』						
※献立は都合により変更になる場合があります。						



# 2021年09月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	2 牛乳、きらきら星のおせんべい	3 牛乳、どうぶつ園のビスケット	4 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食			御飯、みそ汁（かぼちゃ・えのき）、豚肉と野菜の炒め物、トマト、オレンジ	カレーライス、キャベツのツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁（大根・わかめ）、さごしの野菜とろみ煮、ほうれん草のごま和え、オレンジ	肉みそうどん、かぼちゃの甘煮、バナナ
午後			牛乳、フルーツヨーグルト（バナナ）	牛乳、野菜うどん	牛乳、さつま芋のパンケーキ	牛乳、マカロニきな粉
午前	6 牛乳、きらきら星のおせんべい	7 牛乳、どうぶつ園のビスケット	8 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	9 牛乳、きらきら星のおせんべい	10 牛乳、どうぶつ園のビスケット	11 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁（豆腐・なす）、鶏肉の甘酢煮、チンゲン菜のコーンとえ、オレンジ	御飯、みそ汁（たまねぎ・さつまいも）、白身魚のフライ、もやしと小松菜のお浸し、バナナ	ロールパン、ポークビーンズ、ブロッコリーのごまあえ、オレンジ	炊き込みご飯、みそ汁（もやし・厚揚げ）、鮭の塩焼き、きゅうりの昆布あえ、バナナ	御飯、はるさめスープ、ハ油菜、蒸しかぼちゃ、オレンジ	ひじきチャーハン、みそ汁（大根・あげ）、バナナ
午後	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、ミルクパン	牛乳、おさかなごはん	牛乳、みかんゼリー	牛乳、マカロニのケチャップ炒め（ツナ）	牛乳、蒸し芋
午前	13 牛乳、きらきら星のおせんべい	14 牛乳、どうぶつ園のビスケット	15 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	16 牛乳、きらきら星のおせんべい	17 牛乳、どうぶつ園のビスケット	18 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁（じゃがいも・わかめ）、さごしのカレーあんかけ、ほうれん草のおかか和え、オレンジ	三色そぼろ丼、みそ汁（はくさい・えのき）、さつま芋の煮物、バナナ	御飯、コーンスープ、ハンバーグ、チンゲン菜のツナ和え、オレンジ	御飯、みそ汁（たまねぎ・かぼちゃ）、鶏のから揚げとろみあん、切干し大根の旨煮、バナナ	御飯、みそ汁（大根・なす）、鮭のフライ、きゅうりの酢の物（ツナ）、オレンジ	スパゲティー（ツナ）、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、ジャムサンドクラッカー	牛乳、ピーフン	牛乳、おかか御飯	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、ケチャップライス	牛乳、昆布御飯
午前	20	21 牛乳、どうぶつ園のビスケット	22 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	23	24 牛乳、どうぶつ園のビスケット	25 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食		うさぎのハヤシライス、ブロッコリーとコーンのおかか和え、オレンジ	御飯、みそ汁（さつまいも・厚揚げ）、カレイの焼きおろし煮、チンゲン菜のとろみ炒め、バナナ		御飯、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、豆腐ハンバーグのあんかけ、白菜の昆布和え、オレンジ	中華丼、中華スープ、バナナ
午後		牛乳、フルーチェ	牛乳、野菜うどん		牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、ジャムサンドクラッカー
午前	27 牛乳、きらきら星のおせんべい	28 牛乳、どうぶつ園のビスケット	29 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	30 牛乳、きらきら星のおせんべい		
昼食	御飯、みそ汁（はくさい・えのき）、鮭のごま焼き、ひじきの煮物、オレンジ	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉とキャベツのみそ炒め（なす）、トマト、バナナ	御飯、みそ汁（大根・なす）、マーボー豆腐、キャベツのカレー炒め、オレンジ	ロールパン、クリームシチュー、ほうれん草とコーンのお浸し、バナナ		
午後	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、さつま芋のパンケーキ	牛乳、ツイストパン	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯		
<p><b>食育活動 『いただきます、ごちそうさまをしよう』</b></p>						
						※献立は都合により変更になる場合があります。

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
												
	<p style="color: red; font-weight: bold;">食育活動『野菜をたくさん食べよう』</p>											
午前	2	牛乳、きらきら星のおせんべい	3	牛乳、どうぶつ園のビスケット	4	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	5	牛乳、きらきら星のおせんべい	6	牛乳、どうぶつ園のビスケット	7	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、白身魚のフライ、もやしと小松菜のお浸し、オレンジ		御飯、みそ汁(えのき・さつまいも)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、ブロッコリーのごまあえ、バナナ		御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、肉豆腐(ひき肉)、白菜の昆布和え、オレンジ		どうもろこし御飯、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、鮭の塩焼き、ほうれん草のおかか和え、バナナ		御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、豚肉とキャベツのみそ炒め(なす)、トマト、オレンジ		ひじきチャーハン、みそ汁(大根・あげ)、バナナ	
午後	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)		牛乳、みかんゼリー		牛乳、さつまいものパンケーキ		牛乳、ミルクパン		牛乳、野菜うどん		牛乳、マカロニきな粉	
午前	9		10	牛乳、どうぶつ園のビスケット	11	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	12	牛乳、きらきら星のおせんべい	13	牛乳、どうぶつ園のビスケット	14	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食			カレーライス、チンゲン菜のツナ和え、オレンジ		御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、カレイの焼きおろし煮、ブロッコリーのおかか和え、オレンジ		御飯、みそ汁(はくさい・なす)、鶏肉の甘酢煮、さつまいもの煮物、バナナ		御飯、みそ汁(えのき・さつまいも)、さごしの野菜とろみ煮、切干し大根の旨煮、オレンジ		わかめうどん、蒸しかぼちゃ、バナナ	
午後			牛乳、ジャムサンドクラッカー		牛乳、ピーフン		牛乳、おさかなごはん		牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)		牛乳、おかか御飯	
午前	16	牛乳、きらきら星のおせんべい	17	牛乳、どうぶつ園のビスケット	18	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	19	牛乳、きらきら星のおせんべい	20	牛乳、どうぶつ園のビスケット	21	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	中華丼、みそ汁(大根・わかめ)、きゅうりの酢の物(ツナ)、オレンジ		ハヤシライス、キャベツのコーン和え、バナナ		御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鮭のごま焼き、ひじきの煮物、オレンジ		ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、ブロッコリーのごまあえ、バナナ		御飯、みそ汁(豆腐・もやし)、鶏のから揚げとろみあん、キャベツのカレー炒め、オレンジ		チキンライス、野菜スープ、バナナ	
午後	牛乳、マカロニきな粉		牛乳、かぼちゃのパンケーキ		牛乳、野菜うどん		牛乳、おかか御飯		牛乳、ジャムサンド(いちご)		牛乳、蒸し芋	
午前	23	牛乳、きらきら星のおせんべい	24	牛乳、どうぶつ園のビスケット	25	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	26	牛乳、きらきら星のおせんべい	27	牛乳、どうぶつ園のビスケット	28	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、さごしのきのこあんかけ、ほうれん草のごま和え、オレンジ		御飯、はるさめスープ、マーボー豆腐、きゅうりの昆布あえ、バナナ		御飯、みそ汁(じゃがいも・厚揚げ)、すき焼き煮、トマト、オレンジ		御飯、みそ汁(大根・なす)、鮭のカレーパン粉焼き、チンゲン菜のとろみ炒め、バナナ		ロールパン、クリームシチュー、白菜のツナ和え、オレンジ		焼きそば、中華スープ、バナナ	
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き		牛乳、フルーチェ		牛乳、豆乳フレンチトースト		牛乳、みかんゼリー		牛乳、昆布御飯		牛乳、ジャムサンドクラッカー	
午前	30	牛乳、きらきら星のおせんべい	31	牛乳、どうぶつ園のビスケット								
昼食	御飯、みそ汁(白菜・さつまいも)、豆腐ハンバーグのあんかけ、小松菜とコーンのお浸し、オレンジ		御飯、みそ汁(豆腐・もやし)、カレイの竜田揚げ、ブロッコリーのおかか和え、バナナ									
午後	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯		牛乳、ツイストパン									
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>												

# 2021年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						
昼食						
午後						
午前	5 牛乳、きらきら星のおせんべい	6 牛乳、どうぶつ園のビスケット	7 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	8 牛乳、きらきら星のおせんべい	9 牛乳、どうぶつ園のビスケット	10 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、鶏肉の甘酢煮、小松菜とコーンのお浸し、オレンジ	カレーライス、ブロッコリーのごまあえ、バナナ	ひじきごはん、セタそうめん、トマト、オレンジ	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、鮭のフライ、ほうれん草のおかか和え、バナナ	ロールパン、ポークビーンズ、キャベツのカレー炒め、オレンジ	中華丼、中華スープ、バナナ
午後	牛乳、ジャムのセクラッカー	牛乳、ミルクパン	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、ビーフン	牛乳、おかか御飯	牛乳、蒸し芋
午前	12 牛乳、きらきら星のおせんべい	13 牛乳、どうぶつ園のビスケット	14 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	15 牛乳、きらきら星のおせんべい	16 牛乳、どうぶつ園のビスケット	17 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・えのき)、カレイの野菜とろみ煮、きゅうりの酢の物(ツナ)、オレンジ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、豆腐ハンバーグのあんかけ、小松菜のおかか和え、バナナ	御飯、みそ汁(大根・なす)、すき焼き煮、トマト、オレンジ	御飯、みそ汁(えのき・厚揚げ)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	枝豆御飯、ゆで枝豆、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鮭の塩焼き、切干し大根の旨煮、オレンジ	チキンライス、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、さつまいものパンケーキ	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、野菜うどん	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、マカロニきな粉
午前	19 牛乳、きらきら星のおせんべい	20 牛乳、どうぶつ園のビスケット	21 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	22	23	24 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、さごしの竜田揚げ、ほうれん草のごま和え、オレンジ	ロールパン、クリームシチュー、白菜のツナ和え、バナナ	御飯、はるさめスープ、マーボー豆腐、もやしと小松菜のお浸し、オレンジ			スパゲティー(ツナ)、野菜スープ、オレンジ
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、昆布御飯	牛乳、豆乳フレンチトースト			牛乳、昆布御飯
午前	26 牛乳、きらきら星のおせんべい	27 牛乳、どうぶつ園のビスケット	28 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	29 牛乳、きらきら星のおせんべい	30 牛乳、どうぶつ園のビスケット	31 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(たまねぎ・かぼちゃ)、鶏のから揚げとろみあん、ブロッコリーのごまあえ、オレンジ	御飯、コーンスープ、ハンバーグ、ほうれん草のおかか和え、バナナ	御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、鮭のごま焼き、チンゲン菜のとろみ炒め、オレンジ	ハヤシライス、キャベツのコーン和え、バナナ	御飯、みそ汁(ほうきさい・なす)、さごしのカレーあんかけ、ひじきの煮物、オレンジ	肉みそうどん、さつまいもの煮物、バナナ
午後	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、おさかなごはん	牛乳、ツイストパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、ジャムのセクラッカー
 <p>食育活動『しっかり手を洗おう』</p>						
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>						

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 牛乳、どうぶつ園のビスケット	2 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	3 牛乳、きらきら星のおせんべい	4 牛乳、どうぶつ園のビスケット	5 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食		御飯、みそ汁(豆腐・なす)、さごしの野菜とろみ煮、小松菜とコーンのお浸し、バナナ	カレーライス、フロッコリーのごまあえ、オレンジ	御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、鶏肉の甘酢煮、チンゲン菜のツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、白身魚のフライ、ほうれん草のおかか和え、オレンジ	焼きそば、中華スープ、バナナ
午後		牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、野菜うどん	牛乳、みかんゼリー	牛乳、ミルクパン	牛乳、昆布御飯
午前	7 牛乳、きらきら星のおせんべい	8 牛乳、どうぶつ園のビスケット	9 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	10 牛乳、きらきら星のおせんべい	11 牛乳、どうぶつ園のビスケット	12 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、切干し大根の旨煮、オレンジ	御飯、みそ汁(さつまいも・もやし)、肉豆腐(ひき肉)、きゅうりの昆布あえ、バナナ	御飯、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、鮭のごま焼肉、もやしと小松菜のお浸し、オレンジ	御飯、はるさめスープ、ハ宝菜、トマト、バナナ	ロールパン、クリームシチュー、キャベツのコーンと和え、オレンジ	野菜そぼろ丼、みそ汁(じゃがいも・あげ)、バナナ
午後	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)	牛乳、チャーハン(ひじき)	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、おかか御飯	牛乳、マカロニきな粉
午前	14 牛乳、きらきら星のおせんべい	15 牛乳、どうぶつ園のビスケット	16 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	17 牛乳、きらきら星のおせんべい	18 牛乳、どうぶつ園のビスケット	19 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、カレイの焼きおろし煮、ほうれん草のごま和え、オレンジ	御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鶏のから揚げとろみあん、フロッコリーのおかか和え、バナナ	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、豚肉とキャベツのみそ炒め(なす)、蒸しかぼちゃ、オレンジ	御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、鮭のカレーパン粉焼き、チンゲン菜のとろみ炒め、バナナ	御飯、みそ汁(はくさい・えのき)、肉じゃが、トマト、オレンジ	スパゲティー(ツナ)、フロッコリーのごまあえ、バナナ
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、おさかなごはん	牛乳、野菜うどん	牛乳、ビーフン	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、おかか御飯
午前	21 牛乳、きらきら星のおせんべい	22 牛乳、どうぶつ園のビスケット	23 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	24 牛乳、きらきら星のおせんべい	25 牛乳、どうぶつ園のビスケット	26 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、豆腐ハンバーグのあんかけ、小松菜のおかか和え、オレンジ	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、さごしのきのこあんかけ、ひじきの煮物、バナナ	ハヤシライス、キャベツのツナ和え、オレンジ	御飯、みそ汁(大根・なす)、マーボー豆腐、フロッコリーのコーンあえ、バナナ	御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、鮭の塩焼き、きゅうりの酢の物(ツナ)、オレンジ	チャーハン(ひじき)、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、ジャムのセクラッカー	牛乳、みかんゼリー	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、ツイストパン	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、蒸し芋
午前	28 牛乳、きらきら星のおせんべい	29 牛乳、どうぶつ園のビスケット	30 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい			
昼食	三色そぼろ丼、みそ汁(豆腐・えのき)、さつま芋の煮物、オレンジ	ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、ほうれん草のおかか和え、バナナ	御飯、みそ汁(たまねぎ・かぼちゃ)、カレイの竜田揚げ、白菜の昆布和え、オレンジ			
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、昆布御飯	牛乳、さつま芋のパンケーキ			
<p>食育活動『ゆっくりよく噛んで食べよう』</p>						
						
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>						



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
午前	  					1	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい				
昼食					ひじきチャーハン、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、バナナ						
午後					牛乳、ジャムのセクラッカー						
午前	3	4	5	6	7	8	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい				
昼食				牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい					
午後				カレーライス、キャベツのコーン和え、みかん	御飯、みそ汁(大根・なす)、鮭のごま焼き、ほうれん草のおかか和え、りんご	わかめうどん、さつまいもの煮物、バナナ					
午前	10	11	12	13	14	15	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい				
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい					
午後	御飯、みそ汁(豆腐・白菜)、鶏のトマト煮、ブロッコリーのごまあえ、りんご	御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、すき焼き煮、トマト、バナナ	御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、さごしの焼きおろし煮、小松菜とコーンのお浸し、りんご	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、マーボー豆腐、チンゲン菜のツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁(じゃがいも・えのき)、カレイの野菜とろみ煮、きゅうりの昆布あえ、りんご	野菜そぼろ丼、みそ汁(かぼちゃ・あげ)、バナナ					
午前	17	18	19	20	21	22	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい				
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい					
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、ミルクパン	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、野菜うどん	牛乳、おかか御飯	牛乳、マカロニきな粉					
午前	24	25	26	27	28	29	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい				
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	牛乳、きらきら星のおせんべい	牛乳、どうぶつ園のビスケット	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい					
午後	御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、さごしのカレーあんかけ、切干し大根の旨煮、りんご	御飯、みそ汁(大根・なす)、豆腐ハンバーグのあんかけ、ほうれん草のごまあえ、バナナ	ロールパン、ポークビーンズ、ブロッコリーのおかか和え、りんご	御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鮭のフライ、もやしと小松菜のお浸し、バナナ	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、鮭のきのこあんかけ、ひじきの煮物、バナナ	とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、バナナ					
午前	31	<p style="text-align: center;">食育活動 『いちごを収穫しよう』 </p>									
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい						牛乳、おさかなごはん	牛乳、ツイストパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、蒸し芋
午後	牛乳、マカロニきな粉						※献立は都合により変更になる場合があります。				



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日						
午前		<p>ご入園、ご進級おめでとうございます。新しいお友達も増え、すくすくと成長されることを願っております。 乳幼児期は毎日の食事そのものが食育に繋がっていますので、みんなで食べることを楽しんでくれたらと思います。</p>		1	牛乳、きらきら星のおせんべい	2	牛乳、どうぶつ園のビスケット	3	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい			
昼食				御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、鶏のトマト煮、チンゲン菜のツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁(じゃがいも・えのき)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、キャベツのカレー炒め、バナナ	御飯、はるさめスープ、ハ宝菜、トマト、りんご	焼きそば、中華スープ、バナナ					
午後				牛乳、おほか御飯	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、マカロニきな粉						
午前	5	牛乳、きらきら星のおせんべい	6	牛乳、どうぶつ園のビスケット	7	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	8	牛乳、きらきら星のおせんべい	9	牛乳、どうぶつ園のビスケット	10	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(大根・なす)、鮭の塩焼き、小松菜とコーンのお浸し、りんご	カレーライス、ブロッコリーのおほか和え、バナナ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、マーボー豆腐、きゅうりの昆布あえ、りんご	御飯、みそ汁(じゃがいも・えのき)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、キャベツのカレー炒め、バナナ	御飯、みそ汁(きつまいも・厚揚げ)、カレイの焼きおろし煮、ほうれん草のごま和え、りんご	スパゲティー(ツナ)、ブロッコリーのごまあえ、バナナ						
午後	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)	牛乳、ミルクパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、昆布御飯						
午前	12	牛乳、きらきら星のおせんべい	13	牛乳、どうぶつ園のビスケット	14	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	15	牛乳、きらきら星のおせんべい	16	牛乳、どうぶつ園のビスケット	17	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、豆腐ハンバーグのあんかけ、きゅうりの酢の物(ツナ)、りんご	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、さごしのきのこあんかけ、チンゲン菜のコーンと和え、バナナ	御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、豚肉とキャベツのみそ炒め(なす)、トマト、りんご	御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、カレイの竜田揚げ、切干し大根の旨煮、バナナ	ロールパン、クリームシチュー、白菜のツナ和え、りんご	チキンライス、野菜スープ、バナナ						
午後	牛乳、みかんゼリー	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、おさかなごはん	牛乳、りんごのパンケーキ	牛乳、昆布御飯	牛乳、蒸し芋						
午前	19	牛乳、きらきら星のおせんべい	20	牛乳、どうぶつ園のビスケット	21	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	22	牛乳、きらきら星のおせんべい	23	牛乳、どうぶつ園のビスケット	24	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、さごしの野菜とろみ煮、ほうれん草のおほか和え、りんご	御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、鶏のから揚げとろみあん、ブロッコリーのごまあえ、バナナ	ハヤシライス、キャベツのコーンと和え、りんご	ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、小松菜とえのきのお浸し、バナナ	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、鮭のカレーパン粉焼き、チンゲン菜のとろみ炒め、りんご	肉みそうどん、かぼちゃの甘煮、バナナ						
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、ビーフン	牛乳、野菜うどん	牛乳、おほか御飯	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、ジャムのセクラッカー						
午前	26	牛乳、きらきら星のおせんべい	27	牛乳、どうぶつ園のビスケット	28	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	29		30	牛乳、どうぶつ園のビスケット		
昼食	御飯、みそ汁(かぼちゃ・えのき)、鶏肉の甘酢煮、ひじきの煮物、りんご	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、肉豆腐(ひき肉)、さつま芋の煮物、バナナ	御飯、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、白身魚のフライ、ブロッコリーのおほか和え、りんご		三色そばろ丼、みそ汁(はくさい・えのき)、蒸しかぼちゃ、りんご							
午後	牛乳、さつま芋のパンケーキ	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、ツイストパン		牛乳、マカロニきな粉							
<p>食育活動『いちごの苗を観察しよう』</p> 												
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>												

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳、きらきら星のおせんべい	2	牛乳、どうぶつ園のビスケット	3	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	4	牛乳、きらきら星のおせんべい	5	牛乳、どうぶつ園のビスケット	6	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、ブロッコリーのおかか和え、りんご		御飯、みそ汁(大根・えのき)、マーボー豆腐、キャベツのカレー炒め、バナナ		お花御飯(鮭)、お花すまし汁、ほうれん草のごま和え、いちご、みかん		御飯、みそ汁(豆腐・もやし)、肉じゃが、トマト、バナナ		御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、さごしの焼きおろし煮、小松菜とコーンのお浸し、りんご		ケチャップライス(ツナ)、野菜スープ、バナナ	
午後	牛乳、おにぎり(昆布)		牛乳、さつまいものパンケーキ		牛乳、野菜うどん		牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)		牛乳、ミルクパン		牛乳、マカロニきな粉	
午前	8	牛乳、きらきら星のおせんべい	9	牛乳、どうぶつ園のビスケット	10	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	11	牛乳、きらきら星のおせんべい	12	牛乳、どうぶつ園のビスケット	13	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、白身魚のフライ、チンゲン菜のトロみ炒め、りんご		ロールパン、クリームシチュー、白菜のツナ和え、バナナ		御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、豚肉と野菜の炒め物、きゅうりの昆布あえ、りんご		御飯、みそ汁(豆腐・白菜)、鮭のきのこあんかけ、ブロッコリーのごまあえ、バナナ		中華丼、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、さつまいもの煮物、りんご		わかめうどん、蒸しかぼちゃ、バナナ	
午後	牛乳、みかんゼリー		牛乳、おにぎり(おかか)		牛乳、豆乳フレンチトースト		牛乳、ビーフン		牛乳、フルーチェ		牛乳、おにぎり(のり、ごま)	
午前	15	牛乳、きらきら星のおせんべい	16	牛乳、どうぶつ園のビスケット	17	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	18	牛乳、きらきら星のおせんべい	19	牛乳、どうぶつ園のビスケット	20	
昼食	御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鶏のから揚げとろみあん、切干し大根の旨煮、りんご		御飯、みそ汁(じゃがいも・厚揚げ)、さごしのカレーあんかけ、もやしと小松菜のごまあえ、バナナ		御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、すき焼き煮、トマト、りんご		御飯、みそ汁(かぼちゃ・えのき)、豆腐ハンバーグのあんかけ、きゅうりの酢の物(ツナ)、バナナ		御飯、みそ汁(大根・もやし)、鮭のごま焼き、ほうれん草と人参のおかか和え、りんご			
午後	牛乳、おさかなごはん		牛乳、ジャムサンド(いちご)		牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)		牛乳、ケチャップライス		牛乳、かぼちゃのパンケーキ			
午前	22	牛乳、きらきら星のおせんべい	23	牛乳、どうぶつ園のビスケット	24	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	25	牛乳、きらきら星のおせんべい	26	牛乳、どうぶつ園のビスケット	27	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい
昼食	御飯、はるきくのはるさめスープ、カレーの野菜とろみあん、チンゲン菜のコーンとえ、りんご		御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、じんたくんの手作りコロック、キャベツのツナ和え、バナナ		まいのすけくんのカレーライス、ブロッコリーのごまあえ、りんご		ロールパン、コーンスープ、ゆうくんとがくんのハンバーグ、小松菜と人参のおかか和え、バナナ		みことちゃんのお星さまのハヤシライス、白菜のツナ和え、りんご		チャーハン(ツナ・ひじき)、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、バナナ	
午後	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯		牛乳、マカロニきな粉		牛乳、野菜うどん		牛乳、おにぎり(のり、ごま)		牛乳、ツイストパン		牛乳、ジャムのセクラッカー	
午前	29	牛乳、きらきら星のおせんべい	30	牛乳、どうぶつ園のビスケット	31	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	ひまわり組のみなさん、ご卒園おめでとうございます。ご卒園の思い出に、ひまわり組のお友達のリクエストメニューを取り入れました。3月3日はひな祭りメニューで、鮭ご飯を花型に抜いたお花御飯とフルーツはみんなの大好きないちごにしました。みんなで楽しく食べましょう。					
昼食	御飯、みそ汁(大根・えのき)、鶏肉の甘酢煮、ひじきの煮物、りんご		御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、肉豆腐(ひき肉)、かぼちゃの甘煮、バナナ		御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、さごしの竜田揚げ、ほうれん草のごま和え、りんご							
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き		牛乳、りんごのパンケーキ		牛乳、フルーチェ							
												
<p>食育活動『みんなで楽しく食べよう』</p>												
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>												

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳、きらきら星のおせんべい	2	牛乳、どうぶつ園のビスケット	3	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	4	牛乳、きらきら星のおせんべい	5	牛乳、どうぶつ園のビスケット	6	牛乳、ふわふわソフトせんべい
昼食	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、鮭のごま焼き、チンゲン菜のとろみ炒め、りんご		赤おにライス、スパゲティ、コンスープ、鶏のから揚げとろみあん、フロッコリーのおかか和え、		御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、肉豆腐(ひき肉)、トマト、りんご		パン・ロールパン、野菜スープ、ハンバーグ、ほうれん草のごま和え、バナナ		御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、さごしのカレーあんかけ、きゅうりの昆布あえ、りんご		スパゲティー(ツナ・コーン)、フロッコリーのこまあえ、バナナ	
午後	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)		牛乳、みかんゼリー		牛乳、ミルクパン		牛乳、おにぎり(おかか)		牛乳、さつま芋のパンケーキ		牛乳、おにぎり(昆布)	
午前	8	牛乳、きらきら星のおせんべい	9	牛乳、どうぶつ園のビスケット	10	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	11		12	牛乳、どうぶつ園のビスケット	13	牛乳、ふわふわソフトせんべい
昼食	御飯、みそ汁(さつまいも・もやし)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、小松菜と人参のおかか和え、り		カレーライス、キャベツのツナ和え、バナナ		御飯、みそ汁(たまねぎ・かぼちゃ)、カレイの焼きおろし煮、チンゲン菜のコーン和え、りんご				御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、鶏のトマト煮、ほうれん草のごま和え、りんご		中華丼、中華スープ、バナナ	
午後	牛乳、フルーチェ		牛乳、野菜うどん		牛乳、ビーフン				牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯		牛乳、蒸し芋	
午前	15	牛乳、きらきら星のおせんべい	16	牛乳、どうぶつ園のビスケット	17	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	18	牛乳、きらきら星のおせんべい	19	牛乳、どうぶつ園のビスケット	20	牛乳、ふわふわソフトせんべい
昼食	御飯、みそ汁(大根・わかめ)、鮭のフライ、ひじきの煮物、りんご		御飯、みそ汁(白菜・厚揚げ)、豚肉とキャベツのみそ炒め、さつま芋の煮物、バナナ		ハヤシライス、フロッコリーのごまあえ、りんご		御飯、みそ汁(じゃがいも・えのき)、鶏肉の甘酢煮、もやしと小松菜のお浸し、バナナ		御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、さごしのきのこあんかけ、きゅうりの酢の物(ツナ)、りんご		チャーハン(ツナ・ひじき)、みそ汁(大根・はくさい)、バナナ	
午後	牛乳、おにぎり(昆布)		牛乳、かぼちゃのパンケーキ		牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)		牛乳、豆乳フレンチトースト		牛乳、野菜うどん		牛乳、ジャムのせクラッカー	
午前	22	牛乳、きらきら星のおせんべい	23		24	牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	25	牛乳、きらきら星のおせんべい	26	牛乳、どうぶつ園のビスケット	27	牛乳、ふわふわソフトせんべい
昼食	御飯、みそ汁(さつまいも・わかめ)、豆腐ハンバーグのあんかけ、ほうれん草と人参のおかか和え、				御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、カレイの野菜とろみ煮、切干し大根の旨煮、りんご		パン・ロールパン、クリームシチュー、キャベツのコーン和え、バナナ		御飯、はるさめスープ、ハ油菜、トマト、りんご		肉みそうどん、かぼちゃの甘煮、バナナ	
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き				牛乳、マカロニきな粉		牛乳、おにぎり(のり、ごま)		牛乳、ツイストパン		牛乳、おにぎり(おかか)	
												
<p>ここ30年程は2月3日が節分の日でしたが、今年は2月2日で、2021年以降は4年に一度節分の日が2月2日になるようです。 園では、2月2日「赤おにライス」をメニューに入れました。</p>												
<p><b>食育活動『肉・魚・野菜をバランスよく食べよう』</b></p>												
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>												



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
午前						1	2				
昼食						あけましておめでとうございます。本年もよろしく願い致します。 また新しい一年が始まりますが、今年も好き嫌いなくたくさん食べて、 すくすくと成長されることを願っております。					
午後											
午前	4 牛乳、きらきら星のおせんべい	5 牛乳、どうぶつ園のビスケット	6 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	7 牛乳、きらきら星のおせんべい	8 牛乳、どうぶつ園のビスケット	9 牛乳、ふわふわソフトせんべい					
昼食	カレーライス（チキン）、キャベツのコーン和え、みかん	御飯、みそ汁（豆腐・もやし）、さごしのきのこあんかけ、きゅうりの昆布あえ、バナナ	御飯、コーンスープ、ハンバーグ、小松菜と人参のおかか和え、りんご	お子様七草御飯、みそ汁（えのき・さつまいも）、鮭の塩焼き、トマト、バナナ	御飯、みそ汁（大根・あげ）、鶏肉の甘酢煮、チンゲン菜のツナ和え、りんご	野菜そぼろ丼、みそ汁（じゃがいも・わかめ）、バナナ					
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、おにぎり（おかか）	牛乳、野菜うどん	牛乳、ミルクパン	牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、マカロニきな粉					
午前	11	12 牛乳、どうぶつ園のビスケット	13 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	14 牛乳、きらきら星のおせんべい	15 牛乳、どうぶつ園のビスケット	16 牛乳、ふわふわソフトせんべい					
昼食	ハヤシライス、ブロッコリーのごまあえ、りんご		御飯、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、白身魚のフライ、チンゲン菜のとりみ炒め、りんご	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、鶏つくねのあんかけ、ほうれん草と人参のおかか和え、バナナ	パン・ロールパン、ポークビーンズ、小松菜とコーンのお浸し、りんご	とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、バナナ					
午後	牛乳、おさかなごはん		牛乳、マカロニのケチャップ炒め（ツナ）	牛乳、ビーフン	牛乳、おにぎり（昆布）	牛乳、おじや（ツナ）					
午前	18 牛乳、きらきら星のおせんべい	19 牛乳、どうぶつ園のビスケット	20 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	21 牛乳、きらきら星のおせんべい	22 牛乳、どうぶつ園のビスケット	23 牛乳、ふわふわソフトせんべい					
昼食	御飯、みそ汁（はくさい・えのき）、さごしの焼きおろし煮、ひじきの煮物、りんご	御飯、みそ汁（大根・わかめ）、手作りコロッケ、きゅうりの酢の物（ツナ）、バナナ	御飯、はるさめスープ、八宝菜、ブロッコリーのおかか和え、りんご	御飯、みそ汁（さつまいも・もやし）、豆腐ハンバーグのあんかけ、チンゲン菜のコーン和え、バナナ	御飯、みそ汁（たまねぎ・かぼちゃ）、鮭のカレーパン粉焼き、切干し大根の旨煮、りんご	焼きそば、中華スープ、バナナ					
午後	牛乳、みかんゼリー		牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、さつま芋のパンケーキ	牛乳、おにぎり（おかか）					
午前	25 牛乳、きらきら星のおせんべい	26 牛乳、どうぶつ園のビスケット	27 牛乳、さんかくおむすびのおせんべい	28 牛乳、きらきら星のおせんべい	29 牛乳、どうぶつ園のビスケット	30 牛乳、ふわふわソフトせんべい					
昼食	御飯、みそ汁（じゃがいも・あげ）、鶏のから揚げとろみあん、ほうれん草のごま和え、りんご	御飯、みそ汁（豆腐・もやし）、さごしの野菜とろみ煮、ブロッコリーのコーンあえ、バナナ	御飯、みそ汁（大根・えのき）、すき焼き煮、トマト、りんご	パン・ロールパン、クリームシチュー、キャベツのツナ和え、バナナ	御飯、みそ汁（たまねぎ・さつまいも）、カレイの竜田揚げ、もやしと小松菜のごまあえ、りんご	ケチャップライス（ツナ）、野菜スープ、バナナ					
午後	牛乳、マカロニきな粉		牛乳、フルーツヨーグルト（バナナ）	牛乳、おにぎり（のり、ごま）	牛乳、野菜うどん	牛乳、ジャムのセクラッカー					
											
											
<p><b>食育活動『朝食をしっかり食べよう』</b></p>											
<p>※献立は都合により変更になる場合があります。</p>											

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1	2
昼食					牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(たまねぎ・じゃがいも)、さごしの竜田揚げ、ブロッコリーのごまあえ、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ わかめうどん、さつまいの煮物、バナナ
午後					牛乳、かぼちゃのパンケーキ	牛乳、おかか御飯
午前	4	5	6	7	8	9
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、鶏つくねのあんかけ(ひじき)、チンゲン菜のツナ和え、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット カレーライス、キャベツのコーン和え、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、みそ汁(白菜・かぼちゃ)、鶏のきのこあんかけ、切干し大根の旨煮、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(大根・なす)、鶏のトマト煮、ほうれん草のおかか和え、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(さつまいも・わかめ)、肉豆腐(ひき肉)、トマト、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ チキンライス、野菜スープ、バナナ
午後	牛乳、ジャムサンドクラッカー	牛乳、マカロニのケチャップ炒め(ツナ)	牛乳、フルーツヨーグルト(バナナ)	牛乳、ミルクパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、マカロニきな粉
午前	11	12	13	14	15	16
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、カレイの焼きおろし煮、小松菜とコーンのお浸し、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(じゃがいも・もやし)、鶏肉の甘酢煮、きゅうりの昆布あえ、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ ロールパン、コーンスープ、ハンバーグ、ブロッコリーのおかか和え、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(はくさい・なす)、さごしのカレーあんかけ、さつまいの煮物、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット ハヤシライス、キャベツのツナ和え、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 焼きそば、中華スープ、バナナ
午後	牛乳、さつまいのパンケーキ	牛乳、豆乳フレンチトースト	牛乳、おさかなごはん	牛乳、みかんゼリー	牛乳、油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳、ジャムサンドクラッカー
午前	18	19	20	21	22	23
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(大根・わかめ)、鶏のから揚げとろみあん、ほうれん草のごま和え、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(さつまいも・厚揚げ)、鮭のごま焼き、白菜のおかか和え、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、はるさめスープ、八宝菜、蒸しかぼちゃ、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、豆腐ハンバーグのあんかけ、きゅうりの酢の物(ツナ)、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(たまねぎ・なす)、白身魚のフライ、チンゲン菜のコーン和え、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、バナナ
午後	牛乳、キャベツとツナのお好み焼き	牛乳、ビーフン	牛乳、おかか御飯	牛乳、ジャムサンド(いちご)	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、昆布御飯
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、さごしの野菜とろみ煮、ひじきの煮物、オレンジ	牛乳、豆腐つ園のビスケット 御飯、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、マーボー豆腐、ブロッコリーのごまあえ、バナナ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 御飯、みそ汁(もやし・厚揚げ)、すき焼き煮、トマト、オレンジ	牛乳、きらきら星のおせんべい 御飯、みそ汁(たまねぎ・さつまいも)、鮭の塩焼き、キャベツのカレー炒め、バナナ	牛乳、豆腐つ園のビスケット ロールパン、ハロウィンシチュー(かぼちゃ)、もやしと小松菜のお浸し、オレンジ	牛乳、さんかくおむすびのおせんべ 野菜そぼろ丼、みそ汁(大根・あげ)、バナナ
午後	牛乳、フルーチェ	牛乳、昆布御飯	牛乳、ツイストパン	牛乳、野菜うどん	牛乳、ケチャップライス	牛乳、蒸し芋
食育活動『好き嫌いせずに食べよう』						
					※献立は都合により変更になる場合があります。	