

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
1	月	牛乳 白い風船		ポークハヤシライス マカロニサラダ 果物	豚肉・牛乳 プロセスチーズ	マカロニ・じゃがいも マヨネーズ・いりごま ミックス粉・バター	玉ねぎ・人参・しめじ・なす きゅうり・キャベツ・レーズン 梨	牛乳 手作り スコーン	
2	火	牛乳 ソフトせんべい	体操教室	大豆とひじきの炒め煮 野菜のごま和え	豚肉・牛乳・大豆 天平・生クリーム	南関あげ・砂糖 糸コンニャク いりごま・練りごま	人参・芽ひじき・切干大根・もやし キャベツ・きゅうり・ほうれん草 オレンジジュース	牛乳 にんじんゼリー	
3	水	牛乳 果物		炒り豆腐 しらすの酢の物	鶏肉・豆腐・牛乳 かまぼこ・しらす干し 卵	砂糖・小麦粉・バター	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・トマト きゅうり・ワカメ	牛乳 手作り マドレーヌ	
4	木	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		カップメンチカツ 野菜のおかか和え 豆腐のみそ汁	豚ひき肉・牛乳 花かつお・豆腐・チーズ いりこ・味噌・ウインナー	コーンフレーク・片栗粉 油揚げ・食パン	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり もやし・白菜・小ねぎ・ピーマン コーン缶	牛乳 ピザトースト	
5	金	牛乳 ハーベスト	英語教室	豚肉と野菜の味噌炒め コロコロサラダ	豚肉・チーズ・牛乳 味噌・ヨーグルト	マヨネーズ・じゃがいも 砂糖	キャベツ・きゅうり・ピーマン 玉ねぎ・人参・なす・生姜・バナナ しめじ・レーズン・みかん缶・桃缶	麦茶 フルーツ ヨーグルト	
6	土	牛乳 ミレー ビスケット	JA祭(5歳児)	親子丼 もやしのナムル	鶏肉・牛乳・卵 竹輪	ごま油・片栗粉 カステラ	玉ねぎ・人参・小松菜・きゅうり キャベツ・もやし	牛乳 カステラ	
8	月	牛乳 ギンビス アスパラガス		筑前煮 ドレッシングサラダ 納豆	鶏肉・牛乳・天平 納豆・卵	糸コンニャク・ごま油 小麦粉・マヨネーズ 胡麻ドレッシング	人参・大根・ごぼう・山芋・蓮根 干し椎茸・いんげん・キャベツ きゅうり・レタス・コーン缶・バナナ	牛乳 バナナケーキ	
9	火	牛乳 マリー ビスケット	体操教室	タイピーエン 切干大根の炒め煮 果物	豚肉・牛乳・卵 ちりめんじゃこ	春雨・南関あげ 片栗粉・ごま油・砂糖 サンド用食パン	白菜・玉ねぎ・木耳・干し椎茸 切干大根・人参・梨 イチゴジャム	牛乳 ジャムサンド	
10	水	牛乳 クラシカル クラッカー		ポークカレー フレンチサラダ	豚肉・スキムミルク 牛乳・卵	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル 小麦粉	玉ねぎ・人参・なす・トマト キャベツ・きゅうり・レーズン	牛乳 手作り 丸ボーロ	
11	木	牛乳 ぼたぼた焼き	鍵盤ハーモニカ指導 (4. 5歳児)	麻婆豆腐 ミモザサラダ	豚挽肉・牛挽肉・豆腐 赤味噌・牛乳・卵 チーズ・マーガリン	砂糖・ごま油・片栗粉 じゃがいも	人参・玉ねぎ・なす・ニラ 干し椎茸・きゅうり・トマト・ワカメ ニンニク・生姜	牛乳 じゃがいも もち	
12	金	牛乳 動物ビスケット	英語教室	簡単春巻 マロニーの酢の物 野菜スープ	ロースハム・チーズ 牛乳	春巻きの皮・餃子の皮 マロニー・砂糖・米	ピーマン・エリンギ・きゅうり 人参・キャベツ・玉ねぎ・レーズン エノキ・コーン缶・大葉・白菜	麦茶 おにぎり	
13	土	牛乳 魚肉ソーセージ		炒めピーフン きゅうりの即席漬け	豚肉・牛乳	ピーフン・砂糖 せんべい	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・きくらげ・きゅうり バナナ	牛乳 果物 せんべい	
16	火	牛乳 ハーベスト	体操教室	豚肉の生姜焼き 野菜炒め もずく汁	豚肉・牛乳・豆腐 いりこ・味噌・卵	春雨・片栗粉・油揚げ 砂糖・ミックス粉	生姜・人参・玉ねぎ・キャベツ ピーマン・ニラ・小松菜・エノキ 小ねぎ・もずく・小豆・さつまいも	牛乳 お月見 ホットケーキ	
17	水	牛乳 白い風船	誕生会 不知火中学生職場体験 17日～19日	カレーピラフ チキンバー ポテトサラダ 南瓜スープ 果物	ウインナー・牛乳 チキンバー・卵 チーズ・生クリーム	米・片栗粉・小麦粉 じゃがいも・砂糖 バター・マヨネーズ	人参・玉ねぎ・ピーマン・南瓜 きゅうり・コーン缶・レタス・みかん イチゴジャム	牛乳 手作り ロールケーキ	
18	木	牛乳 雪の宿 せんべい	移動図書 消毒	肉じゃが きゅうりのごま酢和え	豚肉・牛乳・天平 カニかま	小麦粉・いりごま しゃがいも・ホコンヤ メ	玉ねぎ・人参・いんげん きゅうり・キャベツ・みかん缶	麦茶 牛乳寒天	
19	金	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		魚の西京焼き きゅうりのごま和え かきたま汁	魚・卵・牛乳 米みそ・マーガリン 明太子	いりごま・練りごま マヨネーズ・片栗粉 食パン・グラニュー糖	キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・エノキ・小ねぎ もやし・ほうれん草	牛乳 明太・シュガー トースト	
20	土	牛乳 チーズ	保育参観 2歳児4歳児	煮込みうどん トマトときゅうりのツナサラダ	鶏肉・牛乳・卵 ツナ缶	冷凍うどん・油あげ マヨネーズ	白菜・玉ねぎ・人参・レタス 干し椎茸・ねぎ・きゅうり・トマト レタス	牛乳 お菓子いろいろ	
22	月	牛乳 ソフトせんべい		旨煮 バンサンスー 果物	鶏肉・牛乳・天平 ささ身・卵 プロセスチーズ	じゃがいも・糸コンニャク 春雨・砂糖・ごま油 白玉粉・ミックス粉	玉ねぎ・人参・大根・いんげん きゅうり・キャベツ・南瓜 バナナ	牛乳 もちもち チーズぱん	
24	水	牛乳 果物	避難訓練	八宝菜 ひじき炒め煮	豚肉・牛乳・卵 すり身	糸コンニャク・南関揚げ 片栗粉・砂糖・もち米 ごま油	玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜 芽ひじき・きくらげ・干し椎茸 小豆	牛乳 手作りおはぎ	
25	木	牛乳 プライム クラッカー	鍵盤ハーモニカ指導 (4. 5歳児)	魚のマヨネーズ焼き 野菜のピーナツ和え きのこのみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ いりこ・味噌 バターピーナツ	油揚げ・マヨネーズ 砂糖	きゅうり・キャベツ・もやし・白菜 ほうれん草・人参・玉ねぎ・小ねぎ しめじ・エノキ・桃缶・みかん缶	牛乳 フルーツ ゼリー	
26	金	牛乳 マリー ビスケット	英語教室	ハンバーグ フライドポテト グラッセ コンソメスープ	牛挽き肉・豚ひき肉 牛乳・卵 プロセスチーズ	じゃがいも・砂糖 パン粉・ミックス粉	玉ねぎ・人参・エノキ 白菜・いんげん	牛乳 人参と チーズの蒸しパン	
27	土	牛乳 ハーベスト		焼きそば 海草サラダ	豚肉・牛乳 ヨーグルト	焼きそば麺・砂糖 クラッカー	キャベツ・きゅうり・人参・もやし ピーマン・ワカメ・トマト・玉ねぎ	ヨーグルト クラッカー	
29	月	牛乳 動物ビスケット		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳・卵 スキムミルク・絹厚揚げ 魚肉ソーセージ	じゃがいも・小麦粉 バター・マヨネーズ 砂糖	玉ねぎ・人参・コーン缶・いんげん しめじ・キャベツ・山芋・青のり	牛乳 お好み焼き	
30	火	牛乳 白い風船	タッチ運動(5歳児) 交通指導	白身魚の青のりフライ スパゲッティーサラダ 白菜のみそ汁	魚・牛乳・卵 ツナ缶・いりこ・味噌	小麦粉・パン粉・油 スパゲッティー麺 マヨネーズ	キャベツ・きゅうり・人参・もやし ほうれん草・白菜・玉ねぎ エノキ・小ねぎ・金時豆・青のり	牛乳 煮豆	

*物資購入等の都合により変更になる場合があります。

