

日	曜	献立	材 料	おやつ献立	材 料
19	月	ご飯 肉じゃが みそ汁	米 ごま塩 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 いんげん 糸こんにゃく キャベツ 豆腐 えのき茸 みそ 砂糖 醤油 みりん 油	菓子 牛乳	
20	火	おにぎり 酢豚 海苔和え	米 ふりかけ 豚肉 玉葱 人参 ピーマン パプリカ 筍 シイタケ チンゲン菜 粒コーン 海苔つくだ煮 片栗粉 ごま油 酢 砂糖	マドレーヌ 牛乳	ホットケーキmix 牛乳 砂糖 油 ココアパウダー
21	水	ミートソーススパゲ ティー コールスロー	スパゲティー 合挽き肉 玉葱 人参 しめじ 水煮トマト ケチャップ グリーンピース キャベツ パイン缶 マスタード 酢 砂糖	あんこ団子 牛乳	白玉粉 豆腐 こしあん
23	金	牛丼 みそ汁	米 牛肉 玉葱 人参 糸こんにゃく 葱 厚揚げ 大根 わかめ みそ 砂糖 油 醤油 みりん 出汁	菓子 牛乳	
26	月	ビビンバ 豆腐スープ	米 豚挽肉 ほうれん草 人参 もやし 豆腐 しめじ 出汁 醤油 砂糖 ごま油 もみのり みりん にんにく	菓子 牛乳	
27	火	おにぎり そぼろ味噌炒め ひじき煮	米 ふりかけ 豚挽肉 厚揚げ じゃが芋 キャベツ 人参 いんげん 玉葱 みそ にんにく ひじき 糸こんにゃく 醤油 油 砂糖 出汁	南瓜マフィン 牛乳	南瓜 小麦粉 牛乳 油 砂糖
28	水	鶏めし 竹輪磯辺揚げ 酢の物	米 鶏肉 人参 ごぼう グリーンピース 竹輪 天ぷら粉 青海苔粉 油 きゅうり ワカメ 酢 砂糖	キャベツ焼き 牛乳	キャベツ 小麦粉 ソーセージ 豆乳 花かつお
29	木	お弁当	保護者手作りお弁当	菓子 牛乳	
30	金	中華丼 果物	米 豚肉 かまぼこ キャベツ 人参 キクラゲ 筍 葱 片栗粉 ごま油 醤油 にんにく ガラスープの素 塩 胡椒 オレンジ	菓子 牛乳	

※22日(木)が雨天により、29日(木)がミニ運動会になった場合は、
お弁当はありません。