

あまきこども園 献立表

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

				1 (木)	2 (金)	3 (土)
				ごはん 五目汁 ひじきサラダ	ゆかりごはん 鶏肉のさっぱり煮 付け合わせ コンソメスープ ケーキ	憲法記念日
				牛乳 バナナホットケーキ	牛乳 きなこトースト	
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
みどりの日	こどもの日	みどりの日振替休日	ごはん 豆腐入りミートローフ ブロッコリー わかめのすまし汁	ごはん 魚のチーズ風味天ぷら 付け合わせ 大根のみそ汁	ハヤシライス れんこんとハムのサラダ オレンジ	五目うどん あえもの バナナ
			牛乳 きなこクッキー	麦茶 麩のラスク	麦茶 オレンジゼリー	麦茶 お菓子
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
	ごはん ポテトスープ しらすサラダ	ごはん かきあげ 付け合わせ 豆腐の味噌汁	チキンカレー フレンチサラダ フルーツ	ごはん サンスータン ナムル	ごはん 鶏肉とさつまいの甘辛揚げ 付け合わせ 切干大根の味噌汁	スパゲティミートソース キャベツマリネ バナナ
	牛乳 さつまいもケーキ	麦茶 肉まん	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 ホットドッグ	牛乳 プリン	麦茶 お菓子
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)
	ごはん 豆腐チャンプルー 麩のすまし汁	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ	ごはん 魚の香味焼き おかか和え えのきのすまし汁	パン ハンガリアンシチュー 酢の物	ごはん 豚肉と厚揚げのカレー煮 ピーマンマリネ	もやしラーメン チャーシューサラダ バナナ
	牛乳 チーズ蒸しパン	麦茶 ぶどうゼリー	牛乳 ジャムサンド	麦茶 チヂミ	牛乳 パインケーキ	麦茶 お菓子
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)
	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 付け合わせ 華風スープ	ごはん クリームシチュー ツナサラダ	ごはん 和風ポトフ シルバーサラダ	豚丼 即席漬け バナナ	ごはん 鶏肉のねぎソース和え 付け合わせ 春雨スープ	チンジャオロース丼 バンサンスー バナナ
	牛乳 ショートブレッド	麦茶 みたらしだんご	麦茶 フライドポテト	牛乳 ラスク	牛乳 チーズクッキー	麦茶 お菓子

日 付	献立名	5		
		熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 (木)	ごはん 五目汁 ひじきサラダ	じゃがいも 米 野菜ビスケット 片栗粉 さとう あぶら サラダ油	牛乳 とうふ 豚肉 にぼし チーズ	もやし かぼちゃ にんじん ほうれん草 ごぼう コーン 青ねぎ ひじき
2 (金)	ゆかりごはん 鶏肉のさっぱり煮 付け合わせ コンソメスープ	米 食パン あまからせんべい バター さとう 鶏がらスープの素	牛乳 鶏肉 きなこ	キャベツ たまねぎ コーン チンゲン菜 にんじん えのきたけゆかり
7 (水)	ごはん 豆腐入りミートローフ ブロッコリー わかめのすまし汁	米 クラッカー 小麦粉 マヨネーズ(卵不使用) バター さとう あぶら	牛乳 とうふ 豚肉 きなこ こんぶ	たまねぎ ブロッコリー にんじん ケチャップ しいたけ コーン わかめ
8 (木)	ごはん 魚のチーズ風味天ぷら 付け合わせ 大根のみそ汁	米 野菜ビスケット 天ぷら粉 さとう バター ぶ パン粉 米粉	牛乳 ホキ みそ あぶらあげ にぼし 粉チーズ	キャベツ だいこん たまねぎ にんじん 青ねぎ わかめ
9 (金)	ハヤシライス れんこんとハムのサラダ オレンジ	オレンジジュース 米 あまからせんべい じゃがいも さとう ハヤシルー サラダ油	牛乳 豚肉 ハム	たまねぎ もやし にんじん れんこん キャベツ ケチャップ ほうれん草 アガー オレンジ
10 (土)	五目うどん あえもの パナナ	うどん あまからせんべい 青りんごゼリーの素 ばりんこ さとう	牛乳 鶏肉 こんぶ	たまねぎ パナナ もやし にんじん だいこん ほうれん草 ごぼう きゅうり コーン 青ねぎ
12 (月)	ごはん ポテトスープ しらすサラダ	米 さつまいも じゃがいも ばりんこ 小麦粉 さとう バター あぶら 鶏がらスープの素	牛乳 鶏肉 しらす干し	もやし たまねぎ にんじん きゅうり チンゲン菜 コーン こまつな きくらげ
13 (火)	ごはん かきあげ 付け合わせ 豆腐の味噌汁	米 ミレービスケット ホットケーキミックス さつまいも 小麦粉 サラダ油	牛乳 とうふ ミートボール みそ ロースハム にぼし	たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう えのきたけ 青ねぎ
14 (水)	チキンカレー フレンチサラダ フルーツ	じゃがいも クラッカー カレールー サラダ油 さとう ロールパン	ヨーグルト 鶏肉 ロースハム	オレンジ もやし たまねぎ バイン缶 パナナ みかん 缶 黄桃缶 キャベツ にんじん ほうれん草
15 (木)	ごはん サンスータン ナムル	ロールパン 米 野菜ビスケット さとう 中華味 カレー粉	牛乳 とうふ ウインナー 豚肉 ツナ	キャベツ たまねぎ もやし にんじん しいたけ ほうれん草 たけのこ ケチャップ 青ねぎ きくらげ
16 (金)	ごはん 鶏肉とさつまいの甘辛揚げ 付け合わせ 切干大根の味噌汁	米 あまからせんべい さつまいも プリンの素 サラダ油 片栗粉 さとう カレー粉	牛乳 鶏肉 あぶらあげ みそ にぼし	たまねぎ ブロッコリー トマト にんじん 青ねぎ 切干大根
17 (土)	スパゲティミートソース キャベツマリネ パナナ	あまからせんべい 青りんごゼリーの素 ばりんこ サラダ油 ハヤシルー さとう 鶏がらスープの素 スパゲティ	牛乳 鶏ひき肉 豚肉	たまねぎ パナナ キャベツ もやし にんじん きゅうり コーン エリンギ ケチャップ にんにく
19 (月)	ごはん 豆腐チャンプルー 麩のすまし汁	米 ばりんこ 小麦粉 そうめん さとう サラダ油 ぶ 中華味 ごま油	牛乳 とうふ 豚肉 粉チーズ こんぶ	たまねぎ キャベツ にんじん えのきたけ きくらげ しょうが 青ねぎ
20 (火)	ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ	ぶどうジュース 米 ミレービスケット あまからせんべい さとう 白ごま ごま油 中華風だし	牛乳 合びき肉 とうふ みそ	オレンジ もやし チンゲン菜 たまねぎ にんじん 青ねぎ アガー しょうが わかめ
21 (水)	ごはん 魚の香味焼き おかか和え えのきのすまし汁	サンドイッチ用食パン 米 クラッカー いちごジャム ブルーベリージャム さとう	牛乳 さわら とうふ かつおぶし こんぶ わかめ	もやし たまねぎ キャベツ ほうれん草 にんじん えのきたけ 青ねぎ しょうが
22 (木)	パン ハンガリアンシチュー 酢の物	ロールパン じゃがいも 野菜ビスケット ハヤシルー 小麦粉 米粉 ごま油 さとう 白ごま カレー粉	牛乳 牛肉 豚肉	たまねぎ もやし にんじん とうもろこし トマト ビューレ グリンピース きくらげ ケチャップ 青ねぎ しょうが
23 (金)	ごはん 豚肉と厚揚げのカレー煮 ピーマンマリネ	米 あまからせんべい 小麦粉 さとう す サラダ油 片栗粉 中華風だし カレー粉	牛乳 生あげ 豚肉 ロースハム	もやし キャベツ バイン缶 にんじん ピーマンミックス ほうれん草 きくらげ たまねぎ にんにく
24 (土)	もやしラーメン チャーシューサラダ パナナ	中華めん あまからせんべい 青りんごゼリーの素 ばりんこ ごま油 さとう 中華風だし	牛乳 豚肉	もやし パナナ キャベツ コーン たまねぎ にんじん チンゲン菜 青ねぎ きくらげ しょうが
26 (月)	ごはん 鶏マーマレード焼き 付け合わせ 華風スープ	米 ばりんこ 小麦粉 バター 上新粉 さとう マーマレードジャム 春雨サラダ あぶら ごま油	牛乳 鶏肉 とうふ	キャベツ にんじん きくらげ
27 (火)	ごはん クリームシチュー ツナサラダ	じゃがいも 米 ミレービスケット 白玉 ホワイトルー さとう サラダ油 片栗粉	牛乳 鶏肉 絹豆腐 ツナ	もやし キャベツ たまねぎ にんじん ほうれん草
28 (水)	ごはん 和風ボトフ シルバーサラダ	じゃがいも 米 クラッカー 春雨サラダ サラダ油 マヨネーズ(卵不使用) 鶏がらスープの素	牛乳 ウインナー 豚肉 豆乳 みそ ツナ	こまつな だいこん はくさい にんじん コーン れんこん
29 (木)	豚丼 即席漬け パナナ	米 ロールパン 野菜ビスケット さとう バター 白ごま	牛乳 豚肉 とうふ こんぶ	パナナ たまねぎ もやし にんじん キャベツ きゅうり 糸こんにゃく ごぼう レモン
30 (金)	ごはん 鶏肉のねぎソース和え 付け合わせ 春雨スープ	米 あまからせんべい 小麦粉 バター サラダ油 片栗粉 春雨サラダ あぶら さとう 中華風だし	牛乳 鶏肉 粉チーズ	ブロッコリー たまねぎ チンゲン菜 にんじん 青ねぎ きくらげ
31 (土)	チンジャオロース丼 パンサンスー パナナ	米 あまからせんべい 青りんごゼリーの素 ばりんこ 春雨サラダ 中華風だし ごま油 さとう	牛乳 牛肉 ツナ	パナナ ピーマンミックス キャベツ もやし たまねぎ ほうれん草 にんじん きくらげ