

日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
1 金	☆お誕生会☆	《特別メニュー》			
2 土	カレーライス れんこんのマヨ和え 福神漬け	牛肉 玉葱 人参 じゃがいも ルウ ソース 塩こしょう れんこん マヨネーズ マスタード 塩こしょう 福神漬け	ご飯 せとか	牛乳 海草 スナック*	牛乳 おやつ カステラ*
4 月	鯖の味噌漬け焼き 小松菜のサラダ 高野豆腐の煮物 あおさの味噌汁	鯖 味噌 砂糖 みりん 小松菜 人参 コーン マヨネーズ 塩こしょう 高野豆腐 椎茸 砂糖 醤油 みりん あおさ キャベツ しめじ 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 えび まるせん*	牛乳 カリポテ スナック*
5 火	あずきご飯 豚の塩麹焼き わかめの酢の物 白菜のお浸し 油揚げの味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま 豚肉 塩麹 はちみつ わかめ もやし 人参 砂糖 醤油 酢 白菜 ちりめんじゃこ 醤油 みりん 油揚げ 玉葱 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 うす焼き せんべい*	天茶 シリアル ヨーグルト (手作り)
6 水	鮭のハーブ焼き 大豆サラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	鮭 ハーブソルト 大豆 さつまいも きゅうり マヨネーズ 塩こしょう レタス ドレッシング 大根 人参 コーン コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 バナナ	牛乳 野菜 スティック*	牛乳 ミルク スティック*
7 木	ハヤシライス コールスローサラダ チーズ	牛肉 玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム カットマト ルウ ケチャップ 塩こしょう パセリ キャベツ きゅうり 人参 コーン コールスロードレッシング 塩こしょう チーズ	ご飯 はっさく	牛乳 とうもろこし あられ*	ジョア 芋けんぴ*
8 金	雑穀ご飯 けんちん汁 白菜の即席漬け	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 豚肉 豆腐 大根 人参 ごぼう こんにゃく 里芋 油揚げ 醤油 みりん 塩 ねぎ 白菜 きゅうり 人参 昆布 塩	ご飯 オレンジ	牛乳 あまから せん*	牛乳 マロンケーキ (手作り)
9 土	チキンライス ブロッコリーのマヨ和え 野菜の付け合わせ コンソメスープ	鶏肉 玉葱 ミックスベジタブル ケチャップ コンソメ 塩こしょう ブロッコリー マヨネーズ マスタード 塩こしょう サラダ菜 ドレッシング じゃがいも コーン セロリ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 栗しぐれ*	牛乳 しおボン せん*
11 月	ししゃも 切干大根の煮物 昆布の佃煮 水菜の味噌汁	ししゃも 切干大根 人参 油揚げ こんにゃく いんげん 酒 砂糖 醤油 みりん 昆布 砂糖 醤油 花がつかごま 水菜 白菜 えのき 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 二色あられ*	牛乳 根昆布 あられ*
12 火	魔法のランプの スパイスカレー 夜空の生野菜サラダ ジニのマッシュポテト	鶏肉 玉葱 人参 にんにく 生姜 カットマト カレー粉 クミン コリアンダー ターメリック 鶏がらスープ 砂糖 塩 レタス サニーレタス ベビーリーフ 人参 ドレッシング じゃがいも バター 牛乳 塩こしょう バタフライピー 焼きのり チーズ	ご飯 いちご	牛乳 小粒揚げ*	牛乳 魔法の絨毯の クッキー (手作り)
13 水	鶏のチーズ焼き ツナサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	鶏肉 パルメザンチーズ 塩こしょう ツナ もやし きゅうり 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう ミニトマト キャベツ ほうれん草 エリンギ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 甘夏	牛乳 紫いも チップス*	牛乳 ホットケーキ (手作り)
14 木	あずきご飯 ぶりの塩焼き きんぴらごぼう わけぎのぬた 白菜の味噌汁	うるち米 もち米 小豆 塩 黒ごま ぶり 塩 豚肉 ごぼう 人参 ピーマン こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 酒 みりん わけぎ 油揚げ 白味噌 砂糖 酢 白菜 わかめ 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 オレンジ	牛乳 フルーツ ラムネ*	ソファール
15 金	カレーうどん きゅうりの酢の物 ゆで卵	豚肉 えび イカ 玉葱 人参 ルウ 醤油 ねぎ きゅうり キャベツ 油揚げ 砂糖 醤油 酢 卵	麺 グレープ フルーツ	牛乳 ミックス ゼリー*	牛乳 みかん寒天 (手作り)
16 土	ひじきご飯 キャベツのゆかり和え しば漬け さつまいもの味噌汁	鶏肉 ひじき ごぼう 人参 油揚げ 干し椎茸 いんげん 砂糖 醤油 みりん キャベツ ゆかり 塩 しば漬け さつまいも 玉葱 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 全粒粉 クラッカー*	牛乳 とうもろこし あられ*

日曜日	献立名	材 料	主食 フルーツ	10時おやつ (乳児のみ)	3時おやつ (全員)
18 月	トンカツ サラダなます キャベツの千切り えのきの味噌汁	豚肉 塩こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ ソース 人参 大根 きゅうり 酢 砂糖 醤油 キャベツ ドレッシング えのき 玉葱 あおさ 味噌 ねぎ	ご飯 せとか	牛乳 小粒揚げ*	牛乳 きな粉 マカロニ (手作り)
19 火	塩ラーメン かぼちゃサラダ ブロッコリーのごま和え	チャーシュー キャベツ もやし 人参 たけのこ コーン ねぎ 塩こしょう 鶏がらスープ ごま油 かぼちゃ きゅうり 玉葱 チーズ マヨネーズ 塩こしょう ブロッコリー 醤油 みりん ごま	麺 オレンジ	牛乳 たまごボーロ*	牛乳 かき水 (手作り)
21 木	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜の付け合わせ コンソメスープ	豚肉 玉葱 ミックスベジタブル ひじき 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 赤ワイン コンソメ 塩こしょう マカロニ きゅうり 人参 ツナ マヨネーズ 塩こしょう サニーレタス キャベツ コーン しめじ コンソメ 塩こしょう パセリ	ご飯 バナナ	牛乳 うす焼き せんべい*	牛乳 フルーツ ポンチ (手作り)
22 金	唐揚げ 切干大根のナムル 梅干し かき玉汁	鶏肉 生姜 醤油 片栗粉 切干大根 ほうれん草 人参 鶏がらスープ 砂糖 ごま油 梅干し 卵 春雨 えのき 醤油 みりん ねぎ	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 畑の クラッカー*	牛乳 チョコチップ クッキー (手作り)
23 土	☆卒園式☆				
25 月	豚の角煮 ひじきサラダ 納豆 白しめじの味噌汁	豚肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ひじき きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま油 納豆 たくあん漬け 醤油 花がつかごま 白しめじ 白菜 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 清見 オレンジ	牛乳 ふわふわ チップス*	牛乳 まあるい クラッカー*
26 火	牛丼 ほうれん草のお浸し べつたら漬け 赤出汁	牛肉 玉葱 糸こんにゃく 生姜 砂糖 醤油 酒 みりん ねぎ ほうれん草 人参 ちりめんじゃこ 醤油 みりん 花がつかごま べつたら漬け 豆腐 わかめ なめこ 味噌 赤味噌 三つ葉	ご飯 グレープ フルーツ	牛乳 胚芽 ビスケット*	牛乳 メープル お麩ラスク (手作り)
27 水	雑穀ご飯 鯖の味噌煮 キャベツの酢の物 にらの炒め物 小松菜の味噌汁	うるち米 玄米 粟 ひえ はと麦 大麦 黒米 赤米 黒豆 ごま 鯖 生姜 味噌 砂糖 醤油 酒 みりん キャベツ きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 にら もやし ベーコン 醤油 塩こしょう 小松菜 玉葱 油揚げ 味噌 ねぎ	ご飯 バナナ	牛乳 二色あられ*	牛乳 根昆布 あられ*
28 木	ロールパン かぼちゃのシチュー パプリカサラダ 野菜の付け合わせ	ロールパン 鶏肉 玉葱 人参 かぼちゃ ルウ 牛乳 塩こしょう コンソメ パセリ パプリカ キャベツ もやし 砂糖 酢 オリーブ油 塩こしょう スナップエンドウ マヨネーズ	パン いちご	牛乳 小魚 スナック*	ヤクルト いも花子*
29 金	ぶりの照り焼き 海草サラダ ピーマンの甘辛炒め 厚揚げの味噌汁	ぶり 砂糖 醤油 酒 みりん 海草ミックス きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 ごま ピーマン パプリカ ちくわ 砂糖 醤油 ごま油 厚揚げ 大根 椎茸 味噌 ねぎ	ご飯 はっさく	牛乳 胚芽 スティック*	牛乳 ピザトースト (手作り)
30 土	春雨どんぶり 豆苗のお浸し たくあん漬け わかめスープ	豚肉 人参 春雨 たけのこ 白ねぎ しめじ 椎茸 砂糖 醤油 酒 ごま油 ねぎ 豆苗 もやし ちりめんじゃこ 醤油 みりん 花がつかごま たくあん漬け わかめ 油揚げ 玉葱 牛スープ ねぎ ごま	ご飯 オレンジ	牛乳 のり巻き あられ*	牛乳 しおボン せん*

今年度も一年、世界中の料理を巡って楽しんでまいりましたが、
 今月は卒園するカレア組の劇にちなんだ献立や人気メニュー
 など、あさひ保育園の味をお楽しみください！

- 和食: 13回
- 洋食: 7回
- 中華: 3回
- ご飯: 20回
- パン: 1回
- 麺類: 2回
- 豚肉: 8回
- 鶏肉: 6回
- 牛肉: 3回
- 魚類: 6回

・材料の都合により献立を一部、変更する場合があります。
 ・*印のついたおやつは自然食品のものを使用しております。
 ・0歳児、離乳食メニューはその日の食材を使用し、個人別に対応しております。
 ・材料、おやつには出来るだけ食品添加物無添加、自然食品のものを使用するように努めております。

