

＜鶏肉と里芋のうま煮 のレシピです。＞				1(木)	2(金)	3(土)	
(材料)	(量)	(作り方)		未満児 おやつ	チーズ	黒糖ミルク	さやえんどう
鶏肉	100g	1、鶏肉、里芋、人参、しいたけ、 いんげんを一口サイズに切る。		給食	和風サーモンソテー	チーズミートコロッケ	食パン
里芋	100g				とうがんのとぼろあんかけ	きゅういみそおかか和え	マカロニとチーズの卵焼き
人参	50g	キャベツのみそ汁			ラタトゥイユスープ	シルバーサラダ	
しいたけ	5枚	2、だし汁と調味料を入れ、 やわらかくなるまで煮る。		3時 おやつ	シュガートースト	黒糖とレーズンケーキ	小魚おやき
こんにゃく	50g		牛乳		オレンジ		
いんげん	30g						
だし汁	100cc						
濃口	15cc						
黒糖粉	8cc						
みりん	8cc						

	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
未満児 おやつ	ウインナー	ダノンヨーグルト	おにぎりせんべい	チーズ	ぼたぼた焼き	ハッピーターン
給食	ハヤシライス 大根とワカメの甘酢づけ フルーツポンチ	かれいのみそバターソース 大豆とじゃこの天ぷら かぼちゃのみそ汁	冷やし中華 ひじきの炒め物 すいか	さばのごまみそ焼き マセドアンサラダ 鶏汁	魚のマリネ なすのみそ炒め そうめん汁	食パン 照り焼きチキン スパゲッティサラダ トマトと卵のスープ バナナ
3時 おやつ	フレンチトースト カルピスウォーター	ぶどうゼリー りんご	さつまいもの ヨーグルトケーキ	チョコパン 牛乳	スイートポテト デラウェア	高菜としらすの おにぎり

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
未満児 おやつ	まがいせんべい	ダノンヨーグルト	えびせん	チーズ	ミニサラダ(醤油味)	チョコイス
給食	白身魚の磯部揚げ 昆布のごま酢和え 里芋のみそ汁	鶏のみそ焼き トマトとおくらの おかか醤油和え つみれの清汁	サンマーマン ポテトきんぴら パイン缶	お弁当 	ちらし寿司 エビフライの タルタルソース ごまみそフロッコリー和え コンソメスープ	食パン ウインナーソテー 春雨の炒め物 ワカメスープ ゼリー
3時 おやつ	ツナサンド 飲むヨーグルト	アメリカンドック なし	あんだんご	ソーセージパン (あいあい)メロンパン 牛乳	チョコともものケーキ カルピスウォーター	レモンケーキ りんごジュース

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
未満児 おやつ		エリーゼ	バームロール		ウインナー	カントリーマアム
給食	敬老の日	ひき肉トマトカレー きゅうりの酢の物 ヨーグルト和え	ゆで豚の ごまだれうどん トマトと チーズのサラダ すいか	秋分の日 	ひじきご飯 赤魚の照り煮 ささみと大根の 梅肉和え あおさ汁	食パン 白身フライ (あいあい)魚の天ぷら 人参のマリネサラダ ハヤシスープ もも缶
3時 おやつ		ごま団子 デラウェア	メロンパン 牛乳		スイートコーン (未満児)さつまいもの甘辛煮 すいか	フルーツきんとん キャンディーチーズ

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
未満児 おやつ	ホームパイ	ダノンヨーグルト	ベジたべる	チーズ	麦ビスケット
給食	さばのカレー風煮 豚肉の野菜炒め さつまいも汁	鶏肉のごまから揚げ ほうれん草の 納豆めた和え はんぺんの清汁	和風スパゲティ ごぼうサラダ バナナ	れんこんの落とし揚げ 春雨のサラダ あおさ汁	さんまの蒲焼き風 里芋のみそ田楽 チキンスープ
3時 おやつ	じゃこマヨトースト 野菜生活	今川焼き りんご	さつまいもの ココアいろいろ	クリームパン 牛乳	人参ケーキ 飲むヨーグルト



* 材料の都合により献立が変更になる場合があります。