



日付	行事	献立名			使用食品		
		主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	体の調子を整える食べ物	1歳児になる食べ物
1 水		魚の梅焼き 小松菜のゴマ和え	こんにゃくの炒り煮	抹茶豆乳蒸しパン	魚 ちくわ	人参 ビーマン 小松菜 もやし	お米 ジャガイモ こんにゃく
2 木		チキンカレー 小松菜のツナ和え	あらめの煮物	こいのぼりクッキー	鶏肉 卵 水煮大豆 ツナ	玉ねぎ 人参 ビーマン いんげん 小松菜 もやし	お米 じゃが芋
3 金	憲法記念日	<p><b>◎ペットボトルの食中毒に注意!</b>                      ペットボトルの飲料水を口をつけて飲んだ場合、ペットボトルの中に菌が入り増殖して食中毒になる可能性があります。水に比べて麦茶やスポーツドリンクなど糖分やたんぱく質が含まれていると、菌のエサになり菌が増えてしまいます。安全に飲むためにも気温の高いところに放置せず、早く飲み切るまたはコップを使って飲むようにすることや、冷蔵庫またはクーラーボックスを使い冷たい場所での管理がおすすめです。</p>					
4 土	みどりの日						
5 日	こどもの日						
6 月	振替休日						
7 火		味噌ラーメン 小松菜のおかか和え	じゃが芋とツナの洋風煮	ゆかり菜ご飯	豚肉 ツナ	キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 小松菜 もやし	中華麺 じゃが芋
8 水		魚の生姜煮 豚汁	納豆和え	じゃがまるくん	魚 納豆 豚肉 豆腐 油揚げ	小松菜 人参 えのき 玉ねぎ ねぎ もやし ごぼう	お米 こんにゃく ジャガイモ
9 木		ピザ風卵焼き コンソメスープ	コールスローサラダ	ごはん焼き	卵 ベーコン ハム	人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり もやし チンゲン菜 ｺｰﾝ	お米
10 金		ハンバーグ スタミナサラダ	ジャーマンポテト	簡単メロンパン	合挽ミンチ 卵 ベーコン ツナ	玉ねぎ 人参 しいたけ グリンピース ビーマン コーン きゅうり	お米 ジャガイモ スバゲティ
11 土		豚生姜焼き丼	具たくさん味噌汁	ココア蒸しパン	豚肉 豆腐 油揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン えのき 大根	お米
12 日							
13 月		ポークビーンズ キャベツとベーコンのソテー	春雨サラダ	ココアチーズ もちもちパン	豚肉 水煮大豆 ベーコン	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり コーン	お米 じゃが芋 春雨
14 火		ミートスバゲティ じゃが芋のツナマヨ和え	フレンチサラダ	豆腐ドーナツ	豚ミンチ ツナ	玉ねぎ 人参 グリンピース しいたけ きゅうり キャベツ	スバゲティ ジャガイモ
15 水		魚のフライ ラビゴットソース 野菜スープ	ポテトサラダ	きな粉豆乳 フレンチトースト	魚 ハム 卵 豚肉	玉ねぎ きゅうり パプリカ トマト 人参 もやし チンゲン菜	お米 じゃが芋
16 木	ろけっと組 誕生児希望おやつ	豚肉と野菜の卵炒め 豆腐の味噌汁	鶏レバーの生姜煮	ぶどうゼリー	卵 豚肉 鶏レバー 豆腐 油揚げ	玉ねぎ 人参 小松菜 しめじ ねぎ	お米
17 金	親子遠足	肉じゃが 小松菜の味噌汁	キャベツのゆかり和え	レーズン蒸しパン	豚肉 豆腐 油揚げ	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり 小松菜	お米 ジャガイモ
18 土		ビビンバ丼	中華スープ	シュガートースト	牛肉 豚肉	玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 コーン チンゲン菜	お米 ジャガイモ 春雨
19 日							
20 月		ポテトオムレツ コンソメスープ	大豆サラダ	鶏そぼろおにぎり	ベーコン 卵 ツナ 水煮大豆	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン キャベツ チンゲン菜	お米 ジャガイモ
21 火	絵本に出てくる メニュー	豆腐の肉味噌かけ じゃが芋の味噌汁	きゅうりの酢の物	春巻きあんパイ	豆腐 豚ミンチ しらす 油揚げ	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり キャベツ ねぎ	お米 ジャガイモ
22 水		魚の味噌焼き かき卵汁	切干大根の煮物	ココアホットケーキ	魚 さつま揚げ 卵	切干大根 人参 ビーマン えのき ほうれん草 ねぎ	お米
23 木	誕生会	豆腐のミートグラタン ポトフ	海藻サラダ	スナックケーキ	豚ミンチ 豆腐 ツナ 鶏肉	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり キャベツ チンゲン菜 しめじ	お米 ジャガイモ
24 金	お弁当ごっこ	鶏肉の照り焼き 厚揚げの煮物	小松菜のおかか和え	わかめおにぎり	鶏肉 厚揚げ	小松菜 人参 もやし しめじ れんこん	お米
25 土		野菜煮込みうどん	キャベツの昆布和え	ピザトースト	鶏肉	玉ねぎ 人参 ねぎ しめじ キャベツ きゅうり	うどん
26 日							
27 月		親子丼 春雨のスープ	ほうれん草のおかか和え	チェルシートースト	鶏肉 卵 豆腐 ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ 白菜 チンゲン菜 ほうれん草 もやし	お米 春雨
28 火		マーボー豆腐 ふわふわスープ	ささみサラダ	マーラーカオ	豆腐 豚ミンチ 鶏ささみ 卵	玉ねぎ 人参 なら きゅうり もやし	お米 じゃが芋
29 水	絵本に出てくる メニュー	魚の南蛮漬 もやしとわかめのスープ	菜種和え	マーブルカップケーキ	魚 卵 豆腐	玉ねぎ 人参 ビーマン 小松菜 キャベツ もやし	お米
30 木	ろけっと組 誕生児希望おやつ	すき焼き魚煮 相性汁	小松菜のきのこ和え	キャラメルポップコーン	牛肉 焼き豆腐 ベーコン	白菜 玉ねぎ 人参 ごぼう 小松菜 もやし えのき ねぎ	お米 じゃが芋 春雨
31 金		ちゃんぽん麺 いんげんのゴマ和え	金平ごぼう	ツナチャーハン	豚肉 えび いか ちくわ	玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ しいたけ ごぼう いんげん もやし	中華麺 系こんにゃく



☆給食室より☆

職員のおすすめ絵

『絵本に出てくるメニュー』は、食べ物が出てくる絵本の読み聞かせと給食やおやつを組み合わせた楽しい食育です。子どもたちも毎回絵本とおやつを楽しみにしてくれています。

◎ハンカチの上の花畑

酒屋のおばあさんから預かったツボの中には、おいしい菊酒を作る小人の家族がいて、、、。ちょっぴり不思議な物語です。

◎うちのピーマン

「もしかして、きりますか？」食べられたくないピーマンと、野菜炒めにピーマンを入れたいお母さんの戦いが始まります！イラストも可愛くて楽しい絵本です。ぜひ、読んでみてください。

献立表の        は  
『絵本に出てくるメニュー』です  
今月の絵本は…

21日：「おいしいおと」  
春巻きあんパイ

29日：「おちやのじかんにきたとら」  
マーブルカップケーキ

