

	日 1.15	火 2.16	水 3.17	木 4.18	金 5.19	土 6.20
完3期	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 鶏のからあげ (鶏肉、片栗粉、油、酒、しょうゆ) スパゲティサラダ (スパゲティ、玉ねぎ、シチメン、人参、りんご、ブロッコリー、酢、砂糖、塩) みそ汁 (キャベツ、玉ねぎ、人参、えのき、わかめ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 鶏の塩焼き (鶏肉) 大豆の甘辛揚げ (大豆の甘辛、油) 豚汁 (豚肉、大根、人参、ごぼう、油あげ、ねぎ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり れんこん豆腐 (合挽きミンチ、豆腐、れんこん、玉ねぎ、ひじき、パン粉、塩、アチャコ、砂糖) 小松菜とえのきの梅和え (小松菜、えのき、人参、梅干し、花かつお、しょうゆ) すまし汁 (いも、みずば、まいたけ、油、みりん、しょうゆ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> パン グリーンシチュー (鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ほうれん草、バター、小麦粉、牛乳、塩、ミニルクチス、塩) パプリカのマリネ (赤黄パプリカ、ブロッコリー、カリフラワー、大根、酢、砂糖、塩、オリーブ油) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり あつたかみぞめ鍋 (豚肉、白菜、水菜、大根、えのき、白ねぎ、まいたけ、油あげ、マロニー、酒、みりん、しょうゆ、砂糖) くだもの (いも、みずば、みかん、いちご、など) 	<ul style="list-style-type: none"> うどん 肉うどん (うどん、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、わかめ、昆布、酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ) ほうれん草としらすのお浸し (ほうれん草、人参、しらす、花かつお、しょうゆ)
朝のおやつ	あぢあんせんべい	くだもの (バナナ)	あぢあんせんべい	くだもの (りんご)	あぢあんせんべい	あぢあんせんべい
3時のおやつ	まるまる豆腐ドーナツ (小麦粉、豆乳、BP、砂糖、油)	蒸しパン、お茶 (小麦粉、BP、砂糖、レーズン、きな粉、黒砂糖)	ちぢりプリン、牛乳 (小麦粉、アチャコ、プリン、油、粉チーズ、バター、プリンロップ、砂糖、など)	たまごみじはのおせし (米、昆布、酒、塩、人参、シチメン、ごぼう、塩昆布)	お女子焼き、牛乳 (小麦粉、BP、キャベツ、人参、豚肉、天ぷら、かつお粉、香のり、しょうゆ、アチャコ)	あぢあんせんべい お茶
	日 8.22	火 9.23	水 10.24	木 11.25	金 12.26	土 13.27
完3期	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 鶏肉の梅味噌焼き (鶏肉、梅干し、酒、しょうゆ、味噌) おからの炒り煮 (おから、人参、油あげ、まいたけ、ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖) すまし汁 (大根、人参、しめじ、花ふ、みずば、酒、みりん、しょうゆ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん かぼちのカレー (合挽きミンチ、人参、かぼち、玉ねぎ、バター、小麦粉、カレー粉、スチミル、ヨーグルト、チーズ、ケチャップ、黒砂糖、塩) コールスロサラダ (キャベツ、コーン、きゅうり、人参、酢、砂糖、塩、オリーブ油) くだもの (りんご、など) 	<ul style="list-style-type: none"> 10日のみ (11.25日の献立は11.25日) 24日のおにぎり (豚肉、玉ねぎ、人参、ピマン、片栗粉、鶏がらスープ、酢、しょうゆ、酒、砂糖) しじりナムル (大もやし、大根、水菜、トマト、わかめ、しょうゆ、しょうゆ、ごま油) 中華スープ (春雨、人参、エリンギ、ニラ、鶏がらスープ、ごま油) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 魚のフライ (魚、小麦粉、パン粉、油、塩) れんこんサラダ (れんこん、ブロッコリー、人参、シチメン、ひじき、酢、砂糖、塩) みそ汁 (白菜、じゃがいも、人参、ねぎ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 聖護院大根のろろふきと菜の花 (聖護院大根、菜の花、味噌、赤味噌、砂糖、酒、みりん) 牛肉とごぼうのくぐり煮 (牛肉、ごぼう、人参、水菜、大豆、酒、みりん、しょうゆ、砂糖) 豆腐のあつたか汁 (豆腐、まいたけ、えのき、みずば、片栗粉、酒、塩、みりん、しょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 八宝菜 (豚肉、白菜、人参、もやし、しめじ、ちんぴん菜、片栗粉、酒、しょうゆ、鶏がらスープ、ごま油) かぼちのコロコロサラダ (かぼち、きゅうり、コーン、玉ねぎ、人参、酢、砂糖、塩、オリーブ油)
朝のおやつ	くだもの (いも)	あぢあんせんべい	くだもの (バナナ)	あぢあんせんべい	くだもの (りんご)	あぢあんせんべい
3時のおやつ	ミルクフランス、牛乳 (フランスパン、牛乳、ヨーグルト、砂糖、ココナツ)	プレーンヨーグルト、お茶 (小麦粉、片栗粉、砂糖)	キャラメルとかりかり餅 (ふ、豆乳、砂糖、油、かえり、ちんぽん)	肉まん、お茶 (合挽きミンチ、ねぎ、油、小麦粉、BP、砂糖、塩、酒、しょうゆ、ごま油、片栗粉)	スイートポテト、牛乳 (さつまいも、砂糖、レーズン、オレンジ)	あぢあんせんべい お茶

どの食材もお家で試して頂き、園で食べます。

“カミカミ” “モグモグ” と噛むことや噛みとって食べることを伝えていきたいと思ひます。