



日	曜日	献立	材料			目標
			血、肉、骨 を作る食品	熱や力の元 になる食品	体調を整える食品	
11	金	カレーライス フルーツヨーグルト 牛乳	牛乳 牛肉 ヨーグルト	ごはん じゃがいも	玉ねぎ にんじん みかん パイナップル もも バナナ	あさごはんをたべてきましょう。
14	月	わかめごはん マカロニサラダ ハンバーグ プチゼリー	鶏肉 合ミンチ 卵 牛乳 ハム 豆腐	ごはん マヨネーズ マカロニ パン粉	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり	
15	火	スパゲッティナポリタン りんごケーキ 牛乳	鶏肉 ベーコン 卵 牛乳 バター	スパゲッティ ホットケーキミックス	玉ねぎ にんじん キャベツ ピーマン しいたけ りんご	
16	水	ジャムサンド コールスローサラダ クリームシチュー 牛乳	ハム 鶏肉 牛乳	食パン じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン ブロッコリー キャベツ	
17	木	ごはん ビーフン炒め 魚の味噌マヨネーズ焼き もずく汁	豚肉 豆腐 さかな 味噌	ごはん マヨネーズ ビーフン	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ もずく ねぎ いら	
18	金	ごはん スタミ納豆 チーズ入りオムレツ バナナ	納豆 合ミンチ たまご チーズ	ごはん	たけのこ ねぎ にんじん バナナ たまねぎ しいたけ ピーマン	
21	月	炊き込みご飯 コロッケ デザート コーンサラダ かきたま汁	鶏肉 ハム たまご 油揚げ かまぼこ	ごはん マヨネーズ	しいたけ ごぼう にんじん たまねぎ コーン キャベツ ねぎ きゅうり えのき	
22	火	ゆかりごはん ブロッコリーのおかか和え 豚肉の生姜焼き プチゼリー	豚肉 かつお粉	ごはん	しょうが キャベツ ブロッコリー にんじん	
23	水	お弁当の日				
24	木	五目うどん チーズ コロコロラスク 牛乳	鶏肉 チーズ かまぼこ 牛乳 バター	うどん麺 食パン	たまねぎ しいたけ にんじん ねぎ	
25	金	ごはん 切り干し大根ケチャップ煮 魚のホイル焼き みそ汁	ベーコン 鶏肉 豆腐 みそ 魚	ごはん	切り干し大根 にんじん しいたけ えのき 白菜 たまねぎ ねぎ	
28	月	ふりかけごはん かぼちゃサラダ 鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 ハム	ごはん じゃがいも	かぼちゃ きゅうり にんじん マーマレード	
30	水	たまごサンド オレンジ ミネストローネ 牛乳	たまご 豚肉 ベーコン 牛乳	食パン じゃがいも マカロニ	キャベツ 玉ねぎ にんじん ブロッコリー オレンジ	



ご入園、ご進級おめでとうございます。幼稚園では給食を喜んで食べてもらえるよう心がけています。時には嫌いな野菜などが出る事がありますが子どもたちの成長のために色々な食材にふれてほしいと考えてます。  
また登園前にはしっかり朝食を食べてきましょう。

