

献立予定表

日	曜	主食	副食	おやつ	
			共通	10時(未満児)	3時(共通)
1	土	ごはん	ポテトオムレツ,きゅうりもみ,そうめんのすまし汁	牛乳,りんご	お茶, お菓子
3	月	ごはん	ポークビーンズ,酢の物,いりこ佃煮	牛乳,ミニトマト	ミルク, 昆布,お菓子
4	火	ごはん	魚の唐揚げ,和風サラダ,豆腐とわかめ味噌汁	牛乳,リッツ	お茶,キナコムース
5	水	ごはん	チキンのトマト煮,人参グラッセ,ブロッコリー,春雨スープ	牛乳,バナナ	ミルク,せんべい
6	木	ごはん	麻婆豆腐,炒り卵,大根サラダ	牛乳,マンナ	ミルク,りんご
7	金	ごはん	すき焼き風煮,納豆,わかめスープ	お茶,さきいか	牛乳,ジャムサンド
8	土	ごはん	マカロニグラタン,野菜のピーナツ和え,卵スープ	牛乳,お菓子	みかん
10	月	ごはん	カレーの日	牛乳,いちご	ミルク,お菓子
12	水	ごはん	スープスパゲティ,ブロッコリーのサラダ,竹輪の甘煮	牛乳,ミニパン	ヨーグルト
13	木	ごはん	魚チーズメンチカツ,野菜胡麻和え,ごぼうの味噌汁	お茶,せんべい	牛乳,マドレーヌ
14	金		生活発表会 (お弁当の日)	牛乳,チーズ	ジュース,お菓子
15	土	ごはん	豚肉の生姜炒め,筑前煮	牛乳,パイン	ミルク,お菓子
17	月	ごはん	しめじのクリーム煮,ほうれん草おかか和え,納豆	お茶,ミニトマト	牛乳,ドライフルーツ
18	火	ごはん	肉団子と白菜の煮物,ひじきの炒め煮	牛乳,昆布	お茶,スイートポテト
19	水	ごはん	ミートコロケ,野菜ソテー,豆腐とえのきのすまし汁	牛乳,りんご	ミルク, さきいか,お菓子
20	木	ごはん	スパゲティナポリタン,ブロッコリーのおかか和え,昆布佃煮	牛乳,芋かりんとう	ミルク,チーズ
21	金	ごはん	すり身のさつま揚げ,酢の物,コンソメスープ	お茶,いちご	牛乳,ホットドッグ
22	土	ごはん	里芋と豚肉の胡麻味噌煮,納豆,大根サラダ	牛乳,さきいか	ミルク,バナナ
25	火	ごはん	エビカレー,グリーンサラダ	牛乳,みかん	お茶,黄粉団子
26	水	ごはん	長崎ちゃんぽん,野菜のピーナツ和え,納豆	お茶,昆布	牛乳,りんご
27	木	ごはん	炒り豆腐,トマトサラダ,ソーセージ	牛乳,マンナ	ミルク,芋かりんとう
28	金	ごはん	魚のポテト焼き,きゅうりの胡麻酢和え,豆腐の味噌汁	牛乳,リッツ	フルーツヨーグルト

***給食室に声をかけてください！**

毎日の食事作り、メニューを考えるだけでも大変ですね。簡単で、子どもの喜んで食べてくれる、そして栄養のバランスが良いもの…。 ちょっと悩んだときは、給食室へ気軽にお声をかけてください。ヒントになるようなことをお伝えできるかもしれません。また、子どもの悩みはつきないものです。気になることは、担任や連絡帳を通じてご相談ください。専門職として少しでも悩みが改善されるよう、協力させていただきます。

