

日	曜日	行事予定	乳児 午前おやつ	給食献立	栄養素グループ(主な食品)			午後おやつ
					黄色グループ	赤色グループ	緑色グループ	
1	木	お茶のお稽古 (青)	牛乳 Caカス	ご飯 野菜ミンチカン 春雨の物 果物 すまし汁	米 砂糖 油	豚ミンチ ハム 豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ にら きゅうり ねぎ もやし えのき	ミルク かぼちゃパウンド
2	金		牛乳 チーズ	こいのぼりおにぎり 煮込みハンバーグ ポテトサラダ 果物 みそ汁	米 砂糖 油 じゃが芋	鶏肉 合いびき肉 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス きゅうり コーン缶	ミルク 柏まんじゅう
3	土			憲法記念日				
5	月			こどもの日				
6	火			振替休日				
7	水	運動あそび (青)	牛乳 果物	ご飯 すき焼き風煮 かぼちゃとひじきの煮物 果物 野菜スープ	米 砂糖 油	厚揚げ ひき	玉ねぎ 人参 長ネギ かぼちゃ ねぎ 白菜 キャベツ もやし	ミルク 赤飯まんじゅう
8	木	内科検診 鯛たべよう	牛乳 ビスコ	ご飯 鯛ポンカン麦タレソース 人参の甘煮 ブロッコリーのおかか和え 果物 豆腐汁	米 砂糖 油	鯛 卵 豆腐	人参 インゲン ブロッコリー 玉ねぎ ねぎ 白菜	ミルク クッキー
9	金		牛乳 Caカス	ハヤシライス ゆで卵 スパゲティサラダ 果物	米 砂糖 油 スパゲティ	牛肉 卵	玉ねぎ 人参 レタス きゅうり コーン缶 しめじ	お茶 ゼリー
10	土		牛乳 クッキー	おにぎり 唐揚げ 酢の物 果物	米 砂糖 油	鶏肉 ワカメ	きゅうり 人参 パナナ	お茶 お菓子
12	月		牛乳 Caせんべい	ご飯 魚の照り焼き 青菜のひき肉炒め 果物 すまし汁	米 砂糖 油	魚 合いびき肉 豆腐	青菜 人参 ねぎ 玉ねぎ 白菜 えのき もやし	ミルク ヨーグルトケーキ
13	火		牛乳 ビスケット	ご飯 麻婆豆腐 すまし汁 ★もやしときゅうりの中華和え 果物	米 砂糖 油	豆腐 ハム 豚ミンチ	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく もやし きゅうり コーン缶	お茶 ナポリタン
14	水		牛乳 ふかし芋	パン 炒り卵のミートソースかけ カレー風粉吹き芋 果物 コノムスープ	パン じゃが芋 油	卵 合いびき肉	玉ねぎ 人参 ピーマン キヌサヤ 白菜	お茶 おにぎり
15	木	鯛たべよう	牛乳 ★いりこ	ご飯 鯛フライ ★きんぴらごぼう 人参のさつまいろ煮 果物 そうめん汁	米 砂糖 油 そうめん	鯛 ちくわ 豚肉	ごぼう ピーマン 人参 いんげん ねぎ 白菜 ししとう	ミルク 蒸パン
16	金		牛乳 リッツ	中華丼 肉団子の甘辛あん 酢の物 果物	米 砂糖 油	豚肉 合いびき肉	玉ねぎ 人参 白菜 ピーマン ししとう きゅうり	お茶 果物
17	土		牛乳 おせんべい	ホットドッグ フライドポテト 牛乳 果物	パン 油	卵 ハム	レタス きゅうり パナナ	お茶 お菓子
19	月		牛乳 Caカス	ご飯 チキンポテトバーグ 人参のカレーきんぴら 果物 中華風スープ	米 砂糖 油 じゃが芋	鶏ミンチ 豚肉 卵	玉ねぎ 人参 インゲン もやし チンゲン菜	ミルク マラーカオ
20	火		牛乳 ビスコ	ご飯 魚の和風ムニエル すまし汁 金時豆煮 チロリアンサラダ 果物	米 砂糖 油 中華麺	魚 ハム 卵	ブロッコリー 人参 コーン缶 ねぎ 玉ねぎ キャベツ	お茶 ラーメン
21	水	運動あそび (緑)	牛乳 果物	ご飯 豚肉の甘辛炒め じゃが芋のそぼろ煮 果物 すまし汁	米 砂糖 油 食パン じゃが芋	豚肉 合いびき肉	玉ねぎ インゲン ねぎ 人参 白菜 もやし えのき	ミルク ジャムサンド
22	木	鯛たべよう	牛乳 クッキー	ご飯 鯛のお灸み焼き風 キャベツと春雨の和え物 果物 豆腐汁	米 砂糖 油	鯛 合いびき肉 豆腐	キャベツ 人参 ねぎ 玉ねぎ インゲン かぼちゃ	ミルク かぼちゃの焼ドーナツ
23	金	誕生会	牛乳 チーズ	チキンライス 唐揚げ サラダふくめん 果物	米 砂糖 油	卵 鶏肉 カニカマ ツナ缶	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり	ミルク おせんべい
24	土		牛乳 おせんべい	おにぎり 肉うどん チーズ ミニミルク 果物	米 うどん 砂糖 油	牛肉 かまぼこ	ねぎ ごぼう パナナ	お茶 お菓子
26	月		牛乳 ボーロ	ご飯 ささみのカレーフライ 野菜スープ いり豆腐 青菜のサラダ 果物	米 砂糖 油 小麦粉	ささみ 豆腐 ツナ缶	ねぎ 玉ねぎ 人参 青菜 白菜 キャベツ インゲン	ミルク ぼうしパン
27	火		牛乳 リッツ	ご飯 肉じゃが みそ汁 ブロッコリーのミモザ風サラダ 果物	米 砂糖 油 じゃが芋	牛肉 豆腐 卵	玉ねぎ 人参 キヌサヤ ねぎ ブロッコリー	ミルク お麩ラスク
28	水	運動あそび (青)	牛乳 果物	サドイッチ みそポテト 果物 コノムスープ	食パン じゃが芋 油	ハム 卵	レタス きゅうり キヌサヤ 玉ねぎ 人参 白菜	ミルク わらびもち
29	木		牛乳 ボーロ	ご飯 鮭のタレタリ焼き ★切干大根煮 果物 すまし汁	米 砂糖 油 うどん	鮭 卵 じゃこ天	切干大根 ねぎ 玉ねぎ 人参 キャベツ 白菜 ピーマン	お茶 焼うどん
30	金		牛乳 クッキー	チャーハン とり天 野菜の酢の物 果物	米 砂糖 油	焼き豚 鶏肉 ワカメ	玉ねぎ 人参 ピーマン もやし きゅうり コーン缶	お茶 果物
31	土		牛乳 ビスケット	お灸み焼き 酢の物 果物	小麦粉 砂糖	豚肉 卵 ワカメ	キャベツ ねぎ きゅうり パナナ	お茶 お菓子