



# こんだてひょう



日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料
1 水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	15 水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	野菜たっぷりマーボー	豆腐・豚挽き肉・なす・蓮根・パプリカ・葱・生姜・ニンニク	南瓜のケーキ	南瓜・ホットケーキ粉 三温糖・卵・バター・牛乳		鯖の幽庵焼き	鯖・ゆず・醤油・三温糖	ヨーグルト	ヨーグルト・バナナ 三温糖
	春雨のサラダ	春雨・卵・きゅうり・人参・酢・塩・醤油・ごま油				ひじきのごま和え	ひじき・南瓜・しめじ・ごま・醤油・三温糖・だし		
	スープ	しめじ・コーン・わかめ・中華だし・醤油・塩・コショウ				切干大根の煮物	切干大根・椎茸・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖		
2 木	フルーツ	オレンジ			すまし汁	豆腐・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	鯖のカレームニエル	鯖・小麦粉・カレー粉・バター・塩	スライスチーズ	チーズ	鶏肉と野菜の炒め物	鶏肉・玉葱・ブロッコリー・パプリカ・ニンニク・醤油・塩	コーンマヨトースト	食パン・玉葱・コーン マヨネーズ・塩	
	大根の梅和え	大根・ひじき・油揚げ・梅干・酢・三温糖・醤油	こんべいとう		さつま芋のサラダ	さつま芋・キャベツ・インゲン・干しぶどう・マヨネーズ・塩			
3 金	ピーマンのきんぴら	牛肉・ピーマン・赤ピーマン・ごま・三温糖・醤油・ごま油			大根の煮物	大根・油揚げ・葱・だし・醤油・三温糖・塩			
	みそ汁	小松菜・南瓜・葱・鰹節・昆布・みそ			かき玉汁	卵・えのき・みつば・鰹節・昆布・みそ			
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	鶏肉のあんかけ	鶏肉・パプリカ・しめじ・葱・醤油・三温糖・だし・片栗粉	いろいろ	米粉・片栗粉 三温糖・ゆで小豆	鯖のみそ煮	鯖・生姜・みそ・醤油・三温糖	ふかし芋	さつま芋	
4 土	大豆のトマト煮	大豆・牛挽肉・玉葱・ニンニク・トマト缶・小麦粉・ケチャップ・塩			豚肉とひじきの炒め物	豚肉・ひじき・人参・コーン・グリーンピース・醤油・三温糖			
	ひじきの炒め物	ひじき・人参・コーン・グリーンピース・醤油・三温糖・ごま油			すまし汁	大根・豆腐・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			
	みそ汁	じゃが芋・わかめ・鰹節・昆布・みそ			フルーツ	もも缶			
	焼きそば	中華麺・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・青のり・鰹節・塩・コショウ・ソース	ねじりん棒	カレー味	ハヤシライス	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・なす・しめじ・エリンギ トマト缶・ルウ・ケチャップ・塩	牛乳	普通牛乳	
6 月	酢の物	白菜・きゅうり・しらす・酢・三温糖・醤油			南瓜のサラダ	南瓜・きゅうり・コーン・酢・油・塩	ミレービスケット		
	すまし汁	大根・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			フルーツ	バナナ			
	フルーツ	もも缶			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	ニラの卵とじ	卵・豚挽肉・ニラ・キャベツ・醤油・三温糖	メープル豆乳	小麦粉・バター・三温糖 ベーキングパウダー・豆乳 メープルシロップ	
7 火	鮭のフライ	鮭・米粉・パン粉・塩・コショウ・ケチャップ	わらび餅	わらび粉・きな粉 三温糖・塩	切干大根の旨煮	切干大根・人参・ちくわ・インゲン・醤油・三温糖・だし			
	チーズのサラダ	ブロッコリー・トマト・レタス・チーズ・マヨネーズ・塩			白菜の塩昆布和え	白菜・きゅうり・ごま・塩昆布・醤油			
	ほうれん草のソテー	ほうれん草・エリンギ・コーン・バター・塩・コショウ			みそ汁	玉葱・なめこ・鰹節・昆布・みそ			
	みそ汁	厚揚げ・白菜・三つ葉・鰹節・昆布・みそ			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
8 水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	鮭の照り焼き	鮭・醤油・三温糖	カル鉄スティック		
	卵焼き	卵・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖	ごまスティック	小麦粉・強力粉 三温糖・バター・黒ごま ドライースト	スパゲティサラダ	スパゲティ・人参・きゅうり・コーン・マヨネーズ・塩			
	炒めビーフン	ビーフン・豚挽肉・チンゲン菜・ピーマン・きくらげ・ごま油・塩			もずく納豆	納豆・もずく酢・醤油			
	◆南瓜のいとこ煮	南瓜・小豆・醤油・三温糖・塩			みそ汁	玉葱・南瓜・葱・鰹節・昆布・みそ			
9 木	みそ汁	白菜・油揚げ・鰹節・昆布・みそ			ロールパン	ロールパン	お茶	ほうじ茶	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	鶏肉と花野菜のグラタン	鶏肉・玉葱・ブロッコリー・カリフラワー・ピザ用チーズ・塩・米粉・バター・牛乳	◆五平餅	米・強化米・みそ 三温糖・ごま	
	カレーの煮付け	カレー・生姜・醤油・三温糖	バナナ	バナナ	トマトのサラダ	トマト・レタス・パプリカ・スナップエンドウ・酢・油・塩			
	さつま芋の甘煮	さつま芋・三温糖・塩			スープ	キャベツ・じゃが芋・人参・コンソメ・醤油・塩・コショウ			
10 金	きゅうりの酢の物	きゅうり・人参・わかめ・酢・醤油・三温糖			フルーツ	バナナ			
	すまし汁	麩・豆腐・もやし・鰹節・昆布・醤油・塩			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	食パン(イチゴジャム)	食パン・イチゴジャム	牛乳	普通牛乳	高野豆腐の唐揚げ	高野豆腐・ニンニク・酢・醤油・三温糖・酒・片栗粉	じゃが芋のおやき	じゃが芋・塩 片栗粉・バター・のり	
	ポークチャップ	豚肉・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・ケチャップ・塩	ごはんのおやき	米・強化米・しらす 鰹節・青のり・醤油 塩	豚肉と昆布の煮物	豚肉・刻み昆布・人参・小松菜・醤油・三温糖・だし			
11 土	★マッシュポテト	じゃが芋・コーン・パセリ・牛乳・バター・塩・コショウ			すまし汁	白菜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			
	スープ	ブロッコリー・えのき・コンソメ・醤油・塩・コショウ			フルーツ	いちご			
	フルーツ	オレンジ			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	☆お誕生日会メニュー☆					鯖の塩焼き	鯖・塩	コーンフレーク	小麦粉・三温糖・卵 バター・ベーキングパウダー コーンフレーク・干しぶどう
12 日	ピラフ	米・強化米・鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・コーン・パセリ バター・塩・コショウ	フルーツケーキ	小麦粉・三温糖・バター 卵・牛乳・みかん缶 ベーキングパウダー・生クリーム	ビーフンサラダ	ビーフン・人参・コーン・きくらげ・油揚げ・酢・醤油・三温糖・ごま油	クッキー	小麦粉・三温糖・卵 バター・ベーキングパウダー コーンフレーク・干しぶどう	
	アスパラのサラダ	アスパラ・南瓜・きゅうり・赤玉葱・卵・酢・油・塩			南瓜の天ぷら	南瓜・小麦粉・ベーキングパウダー・塩			
	スープ	小松菜・エリンギ・葱・コンソメ・醤油・塩			みそ汁	ほうれん草・なめこ・昆布・鰹節・みそ			
	フルーツ	いちご			ケチャップライス	米・強化米・鶏肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・ケチャップ 塩・コショウ	牛乳	普通牛乳	
13 月	スパゲティミートソース	スパゲティ・牛挽き肉・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・トマト缶・小麦粉 ケチャップ・塩・コショウ	牛乳	普通牛乳	スイートサラダ	さつま芋・きゅうり・コーン・干しぶどう・マヨネーズ・塩	ミルクスティック		
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・きゅうり・コーン・マヨネーズ・塩	胚芽スティック		わかめスープ	キャベツ・もやし・わかめ・中華だし・醤油・塩・コショウ			
	スープ	キャベツ・グリーンピース・中華だし・醤油・塩			デザート	ゼリー			
	フルーツ	バナナ			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
14 火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	チーズオムレツ	卵・ベーコン・玉葱・ほうれん草・ピザ用チーズ・牛乳・塩・ケチャップ	スコーン	小麦粉・卵・バター ベーキングパウダー 三温糖・牛乳	
	真鯛の塩焼き	真鯛・塩	★ミートパイ	パイ生地・合挽肉 トマト缶・玉葱 ケチャップ・塩・コショウ	きのこのペンネソテー	ペンネ・ツナ・しめじ・葱・ニンニク・塩・醤油			
	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖			南瓜のサラダ	南瓜・パプリカ・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩			
	和風サラダ	大根・きゅうり・水菜・パプリカ・酢・醤油・三温糖・油			すまし汁	切干大根・もやし・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			
15 水	すまし汁	かぶ・えのき・葱・鰹節・昆布・醤油・塩			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	鯖のムニエル	鯖・塩・小麦粉・バター	きな粉マカロニ	マカロニ・きな粉 三温糖・塩	
	厚蒸し卵	卵・豚挽肉・玉葱・ピーマン・だし・醤油・三温糖	いちごジャムパン		キャベツのサラダ	キャベツ・パプリカ・貝割大根・コーン・酢・塩・油			
	キャベツの炒め物	キャベツ・ウインナー・人参・パセリ・酢・塩			みそ汁	麩・なめこ・鰹節・昆布・みそ			
16 木	みそ汁	しめじ・葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ			フルーツ	バナナ			
	フルーツ	オレンジ			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	
	牛乳	普通牛乳			牛肉の甘辛煮	牛肉・玉葱・大根・糸こんにゃく・葱・醤油・三温糖	あんバターパン	食パン・つぶあん バター	
	牛乳	普通牛乳			若竹煮	筍・グリーンピース・わかめ・だし・醤油・三温糖			
17 金	牛乳	普通牛乳			きゅうりの梅和え	きゅうり・もやし・人参・油揚げ・梅干・ごま・だし・醤油・三温糖			
	牛乳	普通牛乳			みそ汁	南瓜・しめじ・葱・鰹節・昆布・みそ			
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
18 土	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
19 日	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
20 月	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
21 火	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
22 水	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
23 木	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
24 金	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
25 土	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
26 日	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
27 月	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
28 火	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
29 水	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
30 木	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							
	牛乳	普通牛乳							

あおい宙では、毎日の食事を通して、子どもたちの身体と心が健やかに成長し、食事のマナーを身に付けたり、食べ物を大切にできる気持ちを感じたりできるようにしていきたいです。そして何よりも、給食の時間を楽しみにしてもらえるように、取り組んでいきたいと思ひます。食材は大きめに切り、食感が残るようにしています。固くて噛み切りにくいものや喉に詰まりやすいものなどには十分注意をし、噛む力が育つように見守っていきたく思ひます。献立には郷土料理や世界の料理、物語に出てくる料理などを取り入れ、様々な食にふれられるようにしています。お弁当日は大喜びの子どもたち、目をキラキラさせながら特別感を楽しんでいます。作ってくれる人への感謝の気持ちを大切に伝えていながら、ご家庭の様子や栄養バランス等を確認させていただき栄養指導なども行っています。ご家庭と連携をとり共に食の成長を育んでいきたいと思ひます。

子どもたちが、美味しく安全に食事ができるように、給食室一同、頑張っていますので、よろしくお願ひします。  
 ☆食に関する情報は、食育掲示板で発信していきますので、ご覧ください。  
 ☆献立表とレシピを展示食棚の下に置いてますので、ご希望の方は1家族1枚ご自由にお取りください。



【つぶやき】  
 公園行って疲れ切った帰り道、  
 「先生:今日の給食ハンバーガーやって!」「園児:ハンバーガー!」  
 と、目をキラキラ輝かせながら急いで園に帰ってきました。 2歳児クラス

### 朝のおやつ

- ・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です
  - ・1、2歳児は、菓子類(カル鉄スティック・野菜スティック・畑のクラッカー・ひじきあられ・野菜スナック等)、フルーツ等と干しぶどう(週3回程度)です  
 ※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します
- 夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です  
 菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています  
 強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です  
 えび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります  
 ◆マークは富山県の郷土料理を取り入れています  
 ★マークは世界の料理(オーストラリア)を取り入れています