

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
昼食	わかめごはん しゅうまい ゆかり和え 豆腐の味噌汁	パン 牛乳 ハンバーグ ツナサラダ チンゲン菜のスープ	ごはん 魚フライ もやしのごま和え キャベツの味噌汁	パン 牛乳 若鶏のオレンジ焼き 洋風白和え じゃが芋のスープ	ごはん 炒り豆腐 マカロニサラダ あんかけ汁	焼きそば 棒チーズ オレンジ 牛乳
午後	ひこうきビスケット 牛乳	みかんゼリー	野菜かりんとう 牛乳	お米のクレープ	肉まん 牛乳	
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
昼食	赤飯 肉団子 ブロッコリーのサラダ いちご 花麩のすまし汁	ごはん 鶏肉の甘辛がらめ パンサンスー ワンタンスープ	パン 牛乳 ゆで卵 大根のサラダ 森のハヤシチュー	ごはん 鶏肉と野菜の味噌煮 甘酢和え きのこの味噌汁	パン 牛乳 かぼちゃと豚肉のごまがらめ ひじきのサラダ レタスのスープ	他人うどん 型抜きチーズ りんご 牛乳
午後	もものタルト 牛乳	りんご チーズ 牛乳	バナナケーキ	麩のラスク 牛乳	ココアのワッフル	
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
昼食	ごはん 豆腐とニラのチャンプルー 切干大根のサラダ かき玉のスープ	パン 牛乳 魚の照り焼き ささみのゴマネーズ和え コーンスープ	ごはん ふりかけ 大根のそぼろ煮 ちくわの磯辺揚げ じゃが芋の味噌汁	パン 牛乳 ポロニアステーキ 鮭入りポテトサラダ クリームシチュー	たけのこ御飯 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き 中華風冷奴 打ち豆の味噌汁	和風スパゲッティ チーズ バナナ 牛乳
午後	たいやき 牛乳	ぶどうゼリー	いちごジャムサンド 牛乳	ヨーグルト	お米のパバロア	
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
昼食	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 ツナとキャベツの和え物 わかめの味噌汁	パン 牛乳 里芋のコロッケ トマトサラダ 青菜とシラスのスープ	パン 牛乳 マーボー豆腐 カニサラダ 春雨のスープ	ごはん 鶏肉のから揚げ 酢の物 えのきの味噌汁	カレーライス 牛乳 マセドアンサラダ バナナ	サンドイッチ オレンジ チーズ 牛乳
午後	ウインナーパイ 牛乳	お好み焼き	プリン	焼きドーナツ 牛乳	まあるいクラッカー	
	29(月)	30(火)				
昼食	昭和の日					
午後	フルーツ和え					

～園の食事で心がけているポイント～

ご入園、ご進級おめでとうございます！幼児期は食生活の基本を身につける大切な時期です。食事を通して、日々の成長を見守っていきましょう！

- ◆新鮮で安全性の高い食材を利用する
- ◆季節(旬)を取り入れた行事食や郷土料理を提供する
- ◆薄味で甘みや脂肪は控えめに・素材そのものの味を生かす
- ◆良い食習慣を身につける(朝食を食べる・苦手なものは少しずつ…)

- ◆個々の発達に合わせた食事形態で提供する
- ◆よくかんで味わって食べる
- ◆バラエティに富んだ調理方法(焼き物・揚げ物・炒め物・煮物・和え物など)



玄関に毎日の献立を展示しています。是非ご覧ください！

