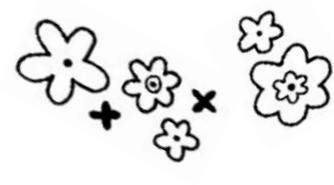
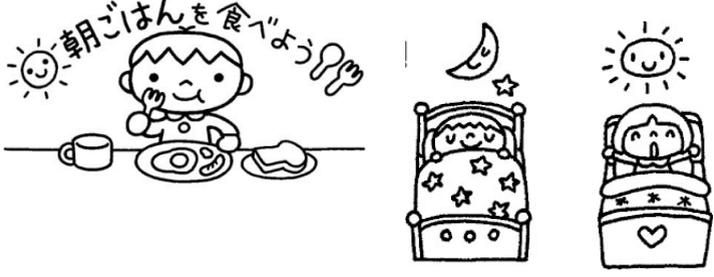


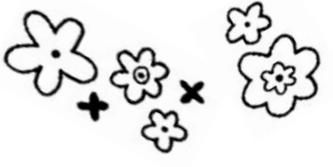
	月	火	水	木	金	土	
献立	～ご入園、ご進級おめでとうございます～ 春の暖かな日差しの中、新しい環境での生活がスタートしました。 健やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。 朝ごはんをしっかり食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきます。		1 入所式 カレーライス（ポーク） コールスローサラダ パン缶	2 スパゲティミートソース すまし汁（大根・ねぎ） きゅうりと竹輪の和え物 バナナ	3 ハヤシライス 春雨サラダ りんご	4 ジャワライス（昼） みそ汁（白菜・麩） モズク酢（みかん）	
主な食材			精白米 押麦 豚かた 鶏がら - たまねぎ 油 にんじん じゃがいも ビーマン キャベツ コーン缶 ホール パインアップル・缶 EM牛乳 薄力粉 ピーチ缶	スパゲティ 肉 油 豚ひき肉 牛ひき肉 豚がら - にんじん たまねぎ 乾しいたけ 油 薄力粉 パン チーズ 大根 かつわかめ 葉ねぎ きゅうり 竹輪 きび砂糖 かつお 削り節 バナナ 精白米 鮭みりんフリカケ	精白米 牛かた 鶏がら - たまねぎ にんじん じゃがいも トマト缶 ホール 青ピーマン 油 きゅうり トマト かつわかめ はるさめ まぐろ缶 きび砂糖 りんご EM牛乳 食パン パター きな粉	精白米 鶏もも にんじん たまねぎ パター コーン缶 ホール グリーンピース はくさい 観世 根菜 ねぎ もずく きゅうり みかん缶 きび砂糖 EM牛乳	
おやつ			EM酪農牛乳、マフィン（ピーチ）	麦茶、フリカケおにぎり	EM酪農牛乳、きなこラスク	牛乳、雪の宿煎餅	
献立	6 麦ご飯 みそ汁（白菜・えのき） 生揚げのそぼろ煮（春雨） キュウリとワカメの和え物 バナナ	7 麦ご飯 みそ汁（かぼちゃ・しめじ・ねぎ） 揚げ魚のケチャップ煮 白菜サラダ	8 親子丼 みそ汁（豆腐、わかめ） 粉ふきいも（青のり） プルーン	9 麦ご飯 すまし汁（ほうれん草・絹ごし） 松風焼き 人参ソテー（ツナ） オレンジ	10 チキンピラフ すまし汁（絹ごし・わかめ） マカロニサラダ ソファール元氣3-グルト	園内研修 	
主な食材	精白米 押麦 はくさい えのき だし 豚ひき肉 油 にんじん 生揚げ はるさめ さやいんげん きゅうり かつわかめ きび砂糖 レモン バナナ EM牛乳 薄力粉 三温糖	精白米 押麦 かぼちゃ しめじ 葉ねぎ 赤魚 油 たまねぎ 青ピーマン きび砂糖 はくさい りんご きゅうりに にんじん EM牛乳 薄力粉 チーズ コーン缶 ホール	精白米 押麦 鶏もも にんじん たまねぎ 青ピーマン 根菜 ねぎ 鶏卵 油 沖縄豆腐 かつわかめ 葉ねぎ じゃがいも あおのり プルーン ジョア（プルーン） 食パン コーン缶 ホール 卵 パン チーズ	精白米 押麦 ほうれん草 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 鶏がら - たまねぎ パン粉 油 きび砂糖 こま にんじん まぐろ・缶 ごま油 葉ねぎ 卵 明治牛乳 さつまいも	精白米 鶏もも たまねぎ にんじん グリーンピース にんじんに 油 絹ごし豆腐 かつわかめ スパゲティ きゅうり まぐろ缶 マヨドレ ソファール EM牛乳 薄力粉 黒糖		
おやつ	EM酪農牛乳、ちんすこう		明治牛乳、コーンのお焼き（卵抜）	ジョア（プルーン）80、ピザトースト	明治牛乳、さつま芋の天ぷら	EM酪農牛乳、楚辺ポーポー（卵無し）	
献立	13 麦ご飯 みそ汁（キャベツ・油揚げ） ポークケチャップ かぼちゃ含め煮	14 麦ご飯 みそ汁（じゃがいも・玉ねぎ） 鯖のカレー焼 いんげんソテー バナナ	15 ふりかけご飯 みそ汁（大根・山東菜） ハンバーグ（アレルギー対応） キャベツサラダ	誕生会 お弁当会 		17 ロールパン クリームシチュー（豚肉） 小松菜とコーンのゴマ和え シークワーサーゼリー	18 野菜そば 白菜の和え物 オレンジ
主な食材	精白米 押麦 キャベツ 油揚げ 豚かた たまねぎ にんじん 青ピーマン 油 かぼちゃ EM牛乳 米粉 バナナ きび砂糖 豆乳 ビュアココア	精白米 押麦 じゃがいも たまねぎ 葉ねぎ さば さやいんげん にんじん 豚かた 油 バナナ 明治牛乳 薄力粉 豆乳 なら まぐろ缶	精白米 押麦 大根 さんとうさい たまねぎ 牛ひき肉 豚ひき肉 じゃがいも 沖縄豆腐 油 キャベツ みかん缶 きび砂糖 EM牛乳 ホットケーキ粉			ロールパン 豚かた じゃがいも たまねぎ にんじん 油 セロリ じゃがいんげん 薄力粉 パター クリーム牛乳 こまつな コーン缶 ホール こま きび砂糖 シークワーサー 精白米 納豆 豚ひき肉 葉ねぎ	沖縄そば 豚かた 肉 にんじん キャベツ りんご とうもろこし 油 蒸し かまぼこ コーン缶 ホール マヨドレ きび砂糖 卵 粉 EM牛乳
おやつ	EM酪農牛乳、米粉のパンナケーキ（ココア）		明治牛乳、ひらやちー	EM酪農牛乳、ホットケーキ	明治牛乳、誕生会ケーキ	麦茶、納豆みそおにぎり	
献立	20 クファージュシー ゆし豆腐（アーサ） デークニーイリチー オレンジ	21 麦ご飯 すまし汁（白菜・しめじ） 魚の味噌照り焼き 冬瓜の煮物 バナナ	22 麦ご飯 みそ汁（厚揚げ・水菜） なすの挽き肉炒め ブロッコリーのおかかチーズ和え フルーツサラダ	23 麦ご飯 みそ汁（キャベツ・ふ） 魚てんぷら（卵抜き） 野菜炒め（ブロッコリー） りんご	24 カレーライス（根菜） きゅうりともやしの和え物 プルーン	25 チキン照り焼き丼 みそ汁（冬瓜・ねぎ） なます	
主な食材	精白米 豚かた にんじん 刻み昆布 葉ねぎ 油 ゆし豆腐 あおさ 大根 豚かた さやいんげん 卵 粉 EM牛乳 食パン いちごジャム	精白米 押麦 はくさい しめじ 赤魚 しょうが きび砂糖 とうがんに にんじん 鶏もも さやいんげん 油 バナナ 明治牛乳 薄力粉 鶏卵 油	精白米 押麦 生揚げ ぎょうな 豚ひき肉 なす にんじん たまねぎ さやいんげん 油 ブロッコリー チーズ かつお削り節 みかん缶 バナナ 干しぶどう ヨーグルト りんごジュース かぼちゃ 米粉 きび砂糖 豆乳	精白米 押麦 キャベツ 観世 葉ねぎ 赤魚 薄力粉 豆乳 油 ブロッコリー にんじん りんご とうもろこし まぐろ缶 りんご EM牛乳 さつまいも ホットケーキ粉	精白米 押麦 豚かた 鶏がら - たまねぎ にんじん さつまいも 卵 油 しょうが にんにく きゅうり りんご とうもろこし かつお削り節 プルーン EM牛乳 かりんとう バナナ	精白米 押麦 鶏もも たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン しょうが とうがんに 葉ねぎ 大根 にんじん きび砂糖 EM牛乳	
おやつ	EM酪農牛乳、ジャムパン（食パン）		明治牛乳、砂糖てんぷら	幼児りんごジュース、かぼちゃポーロ	明治牛乳、スイートポテト	EM酪農牛乳、かりんとう、バナナ	
献立	27 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー パン缶	28 スパゲティボリタン 豚肉と白菜のスープ れんこんのゴママヨサラダ チーズ10鉄分入り	昭和の日 		30 麦ご飯 みそ汁（チンゲン菜・麩） 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮 オレンジ		
主な食材	精白米 押麦 納豆 かつお削り節 豚かた 大根 こんにゃく 乾しいたけ 蒸し かまぼこ 沖縄豆腐 キャベツ にんじん たまねぎ なら 油 バン パン粉 EM牛乳 薄力粉 三温糖 パター	スパゲティ 豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ トマト缶 青ピーマン 肉 油 チーズ はくさい 豚かた れんこん さやいんげん こま マヨドレ きび砂糖 型抜きチーズ 10鉄分 精白米 混ぜ込みわかめ しらす干し			精白米 押麦 チンゲンサイ 車山 沖縄豆腐 葉ねぎ まぐろ缶 豆乳 パン粉 油 こほうにんじん 豚かた 卵 粉 明治牛乳 観世 クリーム 脱脂粉乳 きび砂糖		
おやつ	EM酪農牛乳、スコーン		麦茶、わかめおにぎり（シラス）		明治牛乳、ふむふむ（麩のおやつ）		

※ 保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

《アレルギー食品表示を規定されている食品》

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

★発症数が多く重症度が高いもの・・・えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、落花生

	月	火	水	木	金	土
献立	～ご入園、ご進級おめでとうございます～ 春の暖かな日ざしの中、新しい環境での生活がスタートしました。 健やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。 朝ごはんをしっかりと食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきます。		1 入園式 	2 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ	3 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ	4 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ
	主な食材			全かゆ	全かゆ	全かゆ
献立	6 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 根菜煮（にんじん） 絹ごし豆腐煮	7 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ カボチャ煮物 絹ごし豆腐煮	8 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ じゃがいも煮物 絹ごし豆腐煮	9 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 人参とホーレン草煮 絹ごし豆腐煮	10 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 玉ねぎトロトロ煮 絹ごし豆腐煮	11 園内研修 
主な食材	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん	全かゆ かぼちゃ はくさい にんじん 絹ごし豆腐	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ じゃがいも	全かゆ ほうれんそう 絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ	
献立	13 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ かぼちゃペースト 絹ごし豆腐煮	14 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ じゃがいもの煮物 絹ごし豆腐煮	15 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 大根の柔らか煮 絹ごし豆腐煮	16 誕生日会 お弁当会 	17 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ じゃがいもの煮物 絹ごし豆腐煮	18 おかゆ（ミキサー） 根菜煮 かちゅーゆ
主な食材	全かゆ キャベツ 絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん かぼちゃ	全かゆ じゃがいも たまねぎ にんじん	全かゆ 大根 さんとうさい 絹ごし豆腐 キャベツ		全かゆ たまねぎ にんじん じゃがいも 絹ごし豆腐	全かゆ 観世ふしらす干し はくさい 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ
献立	20 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 大根の煮物（赤魚） 絹ごし豆腐煮	21 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 冬瓜の煮物 絹ごし豆腐煮	22 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ ブロッコリー煮（鶏ひき肉） 絹ごし豆腐煮	23 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ キャベツのトロトロ煮 絹ごし豆腐煮	24 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ じゃがいもの煮物（鶏ひき肉） 絹ごし豆腐煮	25 おかゆ（ミキサー） 野菜煮 かちゅーゆ
主な食材	全かゆ 赤魚 絹ごし豆腐 大根 にんじん	全かゆ はくさい とうがんにんじん 絹ごし豆腐	全かゆ 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん ブロッコリー	全かゆ キャベツ にんじん 絹ごし豆腐	全かゆ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん じゃがいも 絹ごし豆腐	全かゆ キングクリップ 大根 にんじん
	野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや
献立	27 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 野菜煮（赤魚） 絹ごし豆腐煮	28 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 白菜のトロトロ煮 絹ごし豆腐煮	29 昭和の日 	30 おかゆ（ミキサー） おもゆ かちゅーゆ 青梗菜のトロトロ煮（鶏ひき肉） 絹ごし豆腐煮	 朝ごはんを食べよう！  おやすみ  おやすみ	
主な食材	全かゆ 赤魚 絹ごし豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん	全かゆ トマト 絹ごし豆腐 にんじん はくさい		全かゆ 鶏ひき肉 チンゲンサイ にんじん たまねぎ 絹ごし豆腐		
	野菜おじや	野菜おじや		野菜おじや		

※ 保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。