



今月の舟形町の食材

ねぎ はくさい にんじん
キャベツ ジャがいも だいこん
マッシュルーム

★エネルギー ○たんぱく質 △脂質 ◆塩分

曜日	月	火	水	木	金	土	
日にち						1	
献立	<div style="border: 2px solid green; padding: 10px; text-align: center;"> <p>たんじょうかいメニュー</p> <p>セルフバーガー (ハンバーグ・チーズ) コールスローサラダ フライドポテト わかめスープ ゼリー</p>  </div>					チキンカレー やさしいスープ ぶどうゼリー	
材料						鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリルピーズ、にんにく、生姜、油、ルウ、小松菜、オリーブ、ゼリー	
おやつ						クッキー	
栄養成分							
日にち	3	4	5	6	7	8	
献立	ポテトオムレツ ごもくきんぴら みそしる バナナ	にくだんご わかめとやさしいのあえもの クリームシチュー ミニゼリー	まぐろフライ ひじきのいりに みそしる パイン	ぎょうざ やさしいため ごもくじる りんご	ツナとチーズのカレー ふくじんづけ はくさいのスープ みかんゼリー	ちゅうかどんぶり みそしる ヨーグルト	
材料	卵、じゃが芋、玉ねぎ、チーズ、パセリ、ケチャップ、ごぼう、人参、しらたき、油、砂糖、鶏肉、ピーズ、白菜、ねぎ、厚揚げ、みそ、かつお節、バナナ	豚肉、玉ねぎ、米粉、片栗粉、醤油、もやし、キャベツ、わかめ、人参、鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、マッシュルーム、グリルピーズ、牛乳、ルウ、ゼリー	まぐろ、小麦粉、パン粉、油、ソース、ひじき、さつま揚げ、しらたき、人参、枝豆、砂糖、小松菜、ねぎ、みそ、しめじ、かつお節、パイン缶	ぎょうざ(卵乳不使用)、人参、油、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、里芋、椎茸、油揚げ、ねぎ、みそ、かつお節、りんご	ツナ、チーズ、大豆、人参、じゃが芋、生姜、にんにく、油、ルウ、ソース、玉ねぎ、ケチャップ、福神漬、白菜、豆腐、椎茸、パセリ、オリーブ、ゼリー	豚肉、椎茸、人参、白菜、もやし、にんにく、生姜、ごま油、麺、中華だし、片栗粉、小松菜、かつお節、みそ、ヨーグルト	
おやつ	ハーベスト ぎゅうにゅう	ソフトせんべい ぎゅうにゅう	どうにゅうクッキー ぎゅうにゅう	ぼりんごせんべい ジョア	ブリッツ ぎゅうにゅう	おせんべい	
栄養成分	★583 △21.7 ○24.4 ◆1.4	★554 △15.8 ○23.0 ◆1.4	★532 △15.2 ○23.4 ◆1.6	★533 △14.1 ○15.0 ◆1.5	★560 △16.1 ○20.4 ◆1.5		
日にち	10	11	12	13	14	15	
献立	みそだれやきにく はくさいのおかかあえ すましじる ミニゼリー	けんこくきねんび	タンドリーチキン ちくわいのあえもの みそしる バナナ	ほっけのしょうゆやき ジャーマンポテト とんじる パイン	★おべんどうのひ 	保育園一日入園	
材料	豚肉、玉ねぎ、生姜、みそ、砂糖、にんにく、油、白菜、アツタリ、人参、かつお節、ほうれん草、フソ豆、えのきだけ、ゼリー		鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、ケチャップ、にんにく、アツタリ、もやし、人参、ちくわ、かつお節、キャベツ、玉ねぎ、厚揚げ、みそ、バナナ	ほっけ、昆布、トト、砂糖、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ピーズ、パセリ、油、パスタ、豚肉、大根、ごぼう、ねぎ、みそ、かつお節、パイン缶			
おやつ	アツタリせんべい ぎゅうにゅう		ホットケーキ ぎゅうにゅう	まがりせんべい ぎゅうにゅう			ココアプリン ビスケット
栄養成分	★525 △14.9 ○26.0 ◆1.5		★538 △15.6 ○23.7 ◆1.6	★530 △13.4 ○23.3 ◆1.5			
日にち	17	18	19	20	21	22	
献立	さんまおろしに ピーフンいため みそしる ミニゼリー	★ねんちゅうリクエスト からあげ マカロニサラダ カレースープ、プリン	たらのみそマヨやき さといものいために すましじる パイン	マーボーどんぶり きりほしだいこんのナムル はるさめスープ みかん	★たんじょうかいメニュー ※ ごはんはいりません	ドライカレー ちゅうかスープ チーズ	
材料	さんま、大根、砂糖、パセリ、濃縮、ピーフン、玉ねぎ、人参、椎茸、白菜、油、オリーブ、ごま油、みそ、油揚げ、わかめ、かつお節、ゼリー	鶏肉、生姜、片栗粉、油、マカロニ、キャベツ、きゅうり、人参、ツナ、ドレッシング、しめじ、玉ねぎ、豆腐、オリーブ、加工粉、プリン	たら、みそ、砂糖、オリーブ、パセリ、里芋、鶏肉、人参、こんにゃく、椎茸、いんげん、なると、小松菜、ねぎ、かつお節、パイン缶	豆腐、豚肉、ねぎ、にら、人参、生姜、ごま油、みそ、香辛料、片栗粉、切干大根、きゅうり、ツナ、ドレッシング、椎茸、白菜、ねぎ、中華だし、みかん	パン、豚肉、牛肉、玉ねぎ、砂糖、ソース、ケチャップ、チーズ、じゃが芋、油、フソ豆、キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、ルウ、加工粉、小松菜、中華だし、チーズ		
おやつ	どうぶつビスケット ぎゅうにゅう	ぼたぼたやき ぎゅうにゅう	スティックパン ぎゅうにゅう	オランダせんべい ジョア	シフォンケーキ ぎゅうにゅう	クッキー	
栄養成分	★536 △20.3 ○18.4 ◆1.5	★580 △14.5 ○28.3 ◆1.5	★542 △16.6 ○23.1 ◆1.6	★552 △14.5 ○21.0 ◆1.4	★543 △21.2 ○20.2 ◆1.9		
日にち	24	25	26	27	28		
献立	ふいかえきゅうじつ ふたのバーベキューのため キャベツのいそあえ みそしる ミニゼリー	かほちゃコロッケ すきこんぶいため けんちんじる チーズ	かほちゃ、さつま芋、玉ねぎ、ソース、小麦粉、パン粉、油、昆布、しらたき、いんげん、人参、さつま揚げ、ごぼう、油揚げ、白菜、椎茸、ねぎ、チーズ	さばのカレーやき ちくぜんに みそしる バナナ	ポークカレー ふくじんづけ やさしいスープ フルーツポンチ		
材料	豚肉、玉ねぎ、にんにく、りんご、砂糖、キャベツ、もやし、人参、青のり、大根、なめこ、ねぎ、みそ、かつお節、ゼリー	豚肉、玉ねぎ、にんにく、りんご、小麦粉、パン粉、油、昆布、しらたき、いんげん、人参、さつま揚げ、ごぼう、油揚げ、白菜、椎茸、ねぎ、チーズ	かほちゃ、さつま芋、玉ねぎ、ソース、小麦粉、パン粉、油、昆布、しらたき、いんげん、人参、さつま揚げ、ごぼう、油揚げ、白菜、椎茸、ねぎ、チーズ	さば、トト、砂糖、加工粉、ごぼう、鶏肉、こんにゃく、蓮根、人参、かつお節、葱、いんげん、油、里芋、ねぎ、ほうれん草、みそ、加工粉	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリルピーズ、生姜、油、福神漬、卵、椎茸、オリーブ、キャベツ、パセリ、みかん、パイン、桃、ゼリー		
おやつ	にくまん ぎゅうにゅう	ビスコ ぎゅうにゅう	えびせんべい ぎゅうにゅう	えらぶおやつ ぎゅうにゅう			
栄養成分	★559 △13.9 ○27.6 ◆1.5	★580 △20.6 ○21.2 ◆1.4	★545 △17.8 ○24.6 ◆1.5	★527 △13.5 ○16.3 ◆1.5			
備考	<p>*お弁当(白米)とはし、おしほりを持たせて下さい。お子さんに合わせてご飯の量を調節して下さい。</p> <p>*はしとおしほりは毎日洗って清潔にして持たせて下さい。</p> <p>*21日はお誕生会です。お弁当(白米)はいりませんが、はしとおしほりを忘れないで下さい。</p> <p>*栄養価の表示は、昼食+おやつの表記になっています。</p> <p>*業者の都合により、献立内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。食物アレルギーにはその都度対応いたします。</p>						

