

日曜	献立名	材 料 名				お や つ	
		熱や力になる食品	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	その他	午前 3歳未満児	午後
1 水	白飯 すき焼き風煮 ブロッコリーの昆布あえ パイン(缶)	米 三温糖 菜種油 ザラメせんべい やさしいコンソメリング ソフトな塩せん	豚平切肉 厚揚げ 白かまぼこ 塩昆布	白菜 玉葱 えのきたけ ねぎ 人参 糸こんにやく ブロッコリー パイン缶	塩 しょうゆ 酒	お茶 ソフトな 塩せん	お茶 ザラメせんべい やさしいコンソメリング
2 木	白飯 鶏肉じゃが みそ汁	米 じゃが芋 三温糖 菜種油 星っこ うす焼しょうゆせんべい ソフトな塩せん	鶏もも肉 厚揚げ 豆みそ	人参 糸こんにやく 玉葱 グリーンピース 小松菜 ぶなしめじ	塩 みりん しょうゆ 削り節	お茶 ソフトな 塩せん	お茶 星っこ うす焼しょうゆせんべい
3 金	白飯 八宝菜 拌三糸	米 菜種油 かたくり粉 三温糖 はるさめ サクッとあられ ミニのりのりあげもち ソフトな塩せん	白かまぼこ 豚平切肉 ロースハム	白菜 チンゲンツァイ 人参 たけのこ 干椎茸 きゅうり	中華だしの素 しょうゆ 米酢	お茶 ソフトな 塩せん	お茶 サクッとあられ ミニのりのりあげもち
4 土	ポテトベーコンパン 牛乳 ももゼリー	ポテトベーコンパン	牛乳	国産ももゼリー		牛乳	
6 月	白飯 酢鶏 わかめスープ ＜入園式＞	米 かたくり粉 菜種油 じゃが芋 三温糖 元氣小粒揚げ 紫芋ふんわりせんべい ソフトな塩せん	鶏もも肉 やわらかプチとうふ わかめ	生姜 玉葱 人参 青ピーマン 干椎茸 えのきたけ ねぎ	しょうゆ 酒 味噌 中華だしの素 野菜ブイオン 塩	お茶 ソフトな 塩せん	お茶 元氣小粒揚げ 紫芋ふんわりせんべい
7 火	人参まぜご飯 ほうれん草とハムのマヨ和え すまし汁	米 三温糖 エッグケアマネース ミニのりすけ	鶏挽肉 油揚げ ロースハム やわらかプチとうふ 牛乳	人参 干椎茸 グリンピース ほうれん草 えのきたけ 大根 ねぎ パナナ きになる野菜(アブラ&キャベツ)	しょうゆ 塩 削り節	野菜 ジュース(以上児) 牛乳(未満児)	牛乳 パナナ ミニのりすけ
8 水	わかめご飯 切り干し大根とツナの煮物 豚汁	米 三温糖 菜種油 里芋 米粉マカロニ	炊き込みわかめ ツナ 高野豆腐 豚平切肉 やわらかプチとうふ 豆みそ 牛乳 きな粉(大豆)	切干し大根 人参 とうもろこし グリンピース ごぼう ねぎ 大根 板こんにやく えのきたけ きになる野菜(白ぶどう&ほうれん草)	しょうゆ みりん 削り節 塩	やさい果物 ジュース(以上児) 牛乳(未満児)	牛乳 マカロニあべ川
9 木	カレーライス チップスサラダ プチやさいゼリー	米 じゃが芋 菜種油 ポテトチップスうす塩味 三温糖	豚平切肉 牛乳	玉葱 人参 りんご 青ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし プチ国産やさしいゼリー パイン缶 パナナ みかん缶	塩 ソース 野菜ブイオン カレールウ 米酢	牛乳	お茶 ミックスフルーツポンチ
10 金	豚丼 酢の物 あわせみそ汁	米 菜種油 三温糖 じゃが芋 きなこせんべい おこめリング甘口しょうゆ	豚平切肉 松山あげ ミックスみそ 牛乳	糸こんにやく 玉葱 人参 生姜 きゅうり とうもろこし 大根 小松菜 えのきたけ	しょうゆ みりん 米酢 塩 削り節	牛乳	牛乳 きなこせんべい おこめリング甘口しょうゆ
11 土	ツナロールパン 牛乳 みかんゼリー	ツナロールパン	牛乳	国産みかんゼリー		牛乳	
13 月	白飯 鶏の唐揚げ キャベツの昆布あえ ビーフン入り中華スープ	米 かたくり粉 菜種油 ビーフン 元氣うす焼せんべい きらきらコーンのおほしさま	鶏もも肉 塩昆布 ロースハム 牛乳	生姜 キャベツ チンゲンツァイ 人参 玉葱	酒 しょうゆ 中華だしの素 野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 元氣うす焼せんべい きらきらコーンのおほしさま
14 火	チキンライス ブロッコリー(エッグケアマネース添え) 星形ポテト ペーコンと白菜のスープ ミニデザート(青りんご) <誕生会>	米 菜種油 三温糖 エッグケアマネース 北海道星形ポテト ミニデザート青りんご お米 de プチフルーツ 豆乳ホイップ 米粉	鶏挽肉 ペーコン 牛乳	玉葱 人参 グリンピース ブロッコリー 白菜 みかん缶	塩 ケチャップ 野菜ブイオン ベーキングパウダー	牛乳	牛乳 メープルフィアレード(2歳以上児) 米粉蒸しパン(2歳未満児)
15 水	白飯 いわしのみぞれ煮 お浸し 雷汁	米 ごま油 元氣ミニいも花子	いわしのみぞれ煮 やわらかプチとうふ ミックスみそ 牛乳	チンゲンツァイ 大根 人参 えのきたけ 玉葱 ねぎ オレンジ	しょうゆ 削り節	牛乳	牛乳 オレンジ ミニいも花子
16 木	うす切りスライス食パン 拌八宝 コンソメスープ	食パン じゃが芋 菜種油 はるさめ すりごま 三温糖 ごま油 元氣ソースせん ふんわりしお味	ウインナー 鶏ささ身 ペーコン 牛乳	キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし えのきたけ 玉葱	米酢 しょうゆ 野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 元氣ソースせん ふんわり塩味
17 金	たけのこご飯 みそ汁 春野菜の土佐和え プチみかんゼリー <食育メニューの日>	米 三温糖 超熱ロール	鶏挽肉 油揚げ やわらかプチとうふ わかめ 豆みそ かつおパック 牛乳	たけのこ 人参 さやえんどう 干椎茸 玉葱 アスパラガス キャベツ とうもろこし プチ国産みかんゼリー イチゴジャム	酒 しょうゆ 塩 削り節	牛乳	牛乳 ジャムサンド
18 土	ウインナーロールパン 牛乳 りんごゼリー	ウインナーロールパン	牛乳	りんごゼリー		牛乳	
20 月	ハヤシライス フルーツサラダ キャンディチーズ	米 菜種油 じゃが芋 三温糖 かぼちゃポーロ ほしのおせんべい	豚平切肉 豆みそ キャンディチーズ 牛乳	人参 玉葱 ぶなしめじ 青ピーマン ダイオウ みかん缶 パイン缶 きゅうり キャベツ	ハヤシウ ケチャップソース 赤い 野菜ブイオン トマトピューレ 米酢 塩	牛乳	牛乳 かぼちゃポーロ ほしのおせんべい
21 火	切干大根ご飯 胡瓜とコーンの酢の物 あわせみそ汁	米 三温糖 じゃが芋 米粉 菜種油	鶏挽肉 ミックスみそ 牛乳	人参 切干し大根 干椎茸 グリンピース きゅうり とうもろこし 玉葱 小松菜	しょうゆ 塩 削り節 米酢 ベーキングパウダー	牛乳	牛乳 米粉蒸しパン
22 水	白飯 さばの味噌煮 お浸し 五目汁	米 三温糖 キヌアあられ塩味	さば 豆みそ やわらかプチとうふ 牛乳	生姜 小松菜 緑豆もやし 人参 白菜 ねぎ 干椎茸 パナナ	しょうゆ みりん 酒 削り節 塩	牛乳	牛乳 パナナ キヌアあられ塩味
23 木	けんちんうどん フライドポテト ソファール元氣ヨーグルト	干しうどん 菜種油 三温糖 かたくり粉 ナチュラルカットポテト 米	松山あげ 豚平切肉 ソファール元氣ヨーグルト 焼きのり 牛乳	ごぼう 人参 大根 干椎茸 白菜 ねぎ ゆかり	しょうゆ 削り節 塩 酒	牛乳	お茶 ゆかりおにぎり
24 金	白飯 豆腐団子のケチャップ煮 ポイルキャベツ 中華スープ	米 かたくり粉 三温糖 菜種油 さつまポテト	木綿豆腐 鶏挽肉 ロースハム 牛乳	ねぎ キャベツ 緑豆もやし 人参 チンゲンツァイ 干椎茸	塩 ケチャップ ソース 中華だしの素 野菜ブイオン	牛乳	牛乳 さつまポテト
25 土	ポテトベーコンパン 牛乳 やさしいゼリー	ポテトベーコンパン	牛乳	国産やさしいゼリー		牛乳	
27 月	白飯 カレーきんぴら 若竹汁	米 シューストリングカットポテト 菜種油 三温糖 お米 de 国産りんごのタルト	豚平切肉 焼きちくわ やわらかプチとうふ わかめ 牛乳	人参 ごぼう 糸こんにやく 青ピーマン えのきたけ 根みつば たけのこ	しょうゆ カレー粉 塩 削り節	牛乳	牛乳 りんごのタルト
28 火	ふき入りちらしずし すまし汁 平つくね ＜端午の節句メニュー＞	米 三温糖 菜種油 端午せんべい ソフトな塩せん	しらす干し 焼きのり やわらかプチとうふ わかめ キャベツ入り平つくね 牛乳	干椎茸 れんこん ふき 人参 とうもろこし えのきたけ 国産やさしいゼリー	米酢 塩 しょうゆ 削り節	牛乳	お茶 やさいゼリー 端午せんべい(以上児) ソフトな塩せん(未満児)
30 木	ゆかりご飯 ミネストローネスープ マカロニサラダ	米 じゃが芋 米粉マカロニ エッグケアマネース うす焼サラダせんべい とうもろこしで作ったパスタカレー風味	ウインナー ロースハム 牛乳	ゆかり 玉葱 人参 キャベツ ダイオウ きゅうり とうもろこし	野菜ブイオン 塩	牛乳	牛乳 うす焼サラダせんべい とうもろこしで作ったパスタカレー風味

※ 以上児…3歳以上児、未満児…3歳未満児

ご入園・ご進級おめでとうございます

保育園給食は、衛生に気をつけ安全でおいしい給食作りに努めています。
保育園での昼食の栄養給与量は1日全体の概ね1/3を目安としています。
また、おやつについては発育・発達状況や生活状況等に応じて1日
全体の10~20%程度の量を目安としています。

献立の特徴

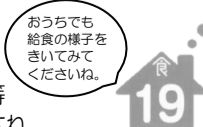
献立作成に当たっては、行事食・郷土食を取り入れ、旬や地元の食材を
できるだけ使用し、素材の味を活かした薄味を心がけています。

食物アレルギーと保育園給食

卵の使用や乳製品の料理への使用を控えるなどアレルギー児に配慮した給食を提供しています。
食物アレルギーの無い方はご家庭での提供などご協力をお願いします。

今月の食育メニュー「たけのこご飯・みそ汁・春野菜の土佐和え」

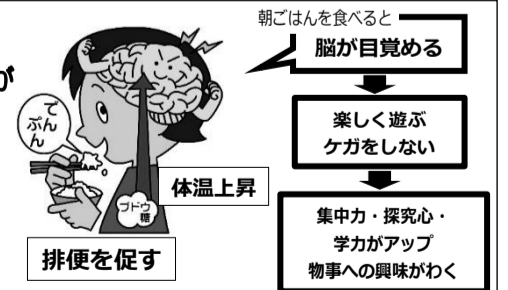
食育メニューの日は、日進市産の食材を使用する等食育を意識した給食を提供しています。
今月の食育の日(17日)には地元産たけのこを使うほか、アスパラガス、さやえんどう、キャベツ等
季節の野菜をいただきます。旬のものは安価で美味しく栄養価が高いので、ぜひ活用していきたいですね。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べるとこないいいことが

日進でつくられている農産物のひとつに
「お米」があります。朝、日進のお米の
ごはんをはじめ、パン、麺類などの「主食」
と「おかず(主菜・副菜)」のそろった朝食
を食べて、元気に保育園に登園してきてくだ
さいね!



こどもクッキングを行います

園では食育の一環で「こどもクッキング」を行っています。この活動を通じ、
子どもたちに食材を知ってもらい触れる機会を多く持つことで「食べること」
そのものへの興味につなげてもらいたいと考えています。

今月の予定	メニュー	内容
14日	メープルフィアレード	ホイップを絞った果物を飾ります。
17日	たけのこご飯	前日にたけのこの皮をむきます。
17日	ジャムサンド	パンにジャムを塗ってはさみます。
23日	ゆかりおにぎり	おにぎりを握ります。



※都合により献立を変更することがあります。