



日	曜	午前おやつ (乳児のみ)	昼食	午後おやつ	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	補食	
2 23	月	煎餅 お茶	ごはん 鶏肉の胡麻焼き 白菜のおかか和え みそ汁 オレンジ	ナポリタン 牛乳	鶏肉 ごま 竹輪 みそ 木綿豆腐 ウインナー 牛乳	米 砂糖 スパゲッティー	白菜 人参 長ねぎ オレンジ 玉ねぎ ビーマン	おむすび (ふりかけ) お茶	
3	火	ビスケット お茶	ちらし寿司 鱈の西京焼き 澄まし汁 バナナ	ひな祭りプリン ひなあられ 牛乳	鱈 卵 高野豆腐 桜でんぶ みそ 牛乳	米 砂糖 おふ ひなあられ	人参 れんこん いんげん えのき わかめ バナナ いちご	おむすび (ふりかけ) お茶	
4 18	水	煎餅 お茶	ごはん 豚肉と根菜のきんぴら 具たくさんみそ汁 いちご	フルーツマフィン 牛乳	豚肉 みそ 卵 牛乳	米 砂糖 油 さつまいも 無塩バター ホットケーキミックス	れんこん 人参 いんげん 玉ねぎ 舞茸 いちご バナナ 黄桃缶	おむすび (ふりかけ) お茶	
5 19	木	ビスケット お茶	ロールパン かぼちゃシチュー 和風ツナサラダ キャンディーチーズ	ピラフ お茶	鶏肉 牛乳 ツナ チーズ ウインナー	ロールパン 油 砂糖 無塩バター 米	玉ねぎ かぼちゃ 人参 しめじ ブロッコリー コーン	おむすび (ふりかけ) お茶	
6 16	金 月	煎餅 お茶	ごはん 鮭のマヨキャラット焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁 オレンジ	大学芋 牛乳	鮭 さつま揚げ ごま みそ 牛乳	米 マヨネーズ 砂糖 油 さつまいも	人参 もやし 切り干し大根 にら オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶	
7 21	土	ビスケット お茶	炊き込みご飯 ウインナーのケチャップ炒め みそ汁 バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	油揚げ ウインナー みそ 牛乳	米 おふ 油 せんべい	ひじき 人参 玉ねぎ わかめ バナナ		
9 30	月	煎餅 お茶	ごはん プルコギ 卵スープ オレンジ	ツナサンド 牛乳	豚肉 すりごま 卵 なた ツナ 牛乳	米 砂糖 ごま油 春雨 片栗粉 食パン マヨネーズ	にんにく 人参 玉ねぎ えのき 白菜 にら わかめ オレンジ きゅうり	おむすび (ふりかけ) お茶	
10 24	火	ビスケット お茶	和風きのこスパゲッティー かぼちゃサラダ 白菜チャウダー バナナ	きんぴらチーズご飯 お茶	豚肉 ベーコン チーズ ごま 牛乳	スパゲッティー オリーブ油 マヨネーズ 油 米 砂糖	玉ねぎ 人参 しめじ 舞茸 白菜 にんにく かぼちゃ バナナ ごぼう	おむすび (ふりかけ) お茶	
11	水	煎餅 お茶	ごはん 白身魚のパン粉焼き もやしの中華和え 澄まし汁 オレンジ	小豆蒸しパン 牛乳	ホキ ハム ごま 竹輪 牛乳 こしあん	米 マヨネーズ パン粉 ごま油 油 砂糖 ホットケーキミックス	もやし 人参 大根 ほうれん草 オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶	
12 26	木	ビスケット お茶	ごはん チキンのトマトソース 和風ジャーマンポテト みそ汁 いちご	豆腐ドーナツ 牛乳	鶏肉 みそ ベーコン 木綿豆腐 牛乳 スキムミルク	米 小麦粉 油 じゃがいも 砂糖 無塩バター グラニュー糖 ホットケーキミックス	玉ねぎ にんにく トマト キャベツ えのき いちご	おむすび (ふりかけ) お茶	
13 27	金	煎餅 お茶	麻婆丼 きゅうりの梅和え 春雨スープ オレンジ	フレンチトースト 牛乳	木綿豆腐 豚肉 みそ 鶏肉 卵 かにかま 牛乳	米 ごま油 片栗粉 春雨 食パン 砂糖 無塩バター	人参 長ねぎ しめじ もやし きゅうり 練り梅 チンゲン菜 オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶	
14 28	土	ビスケット お茶	けんちんうどん 小松菜と厚揚げの煮物 バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	鶏肉 油揚げ 厚揚げ ごま 牛乳	うどん 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 しめじ 大根 小松菜 しょうが バナナ		
17 31	火	ビスケット お茶	ごはん 焼売 キャベツとチーズのサラダ みそ汁 いちご	(17)0・1才:米粉ホットケーキ 2才~:フルーツパフェ 牛乳寒天 せんべい お茶	豚肉 チーズ たらのすり身 みそ 油揚げ 牛乳 (17)豆乳(乳児)	米 砂糖 ごま油 しゅうまいの皮 マヨネーズ (17)アイス ホットケーキミックス 米粉ミックス(乳児)	玉ねぎ コーン 大根 キャベツ いちご (17)りんご バイナッブル缶 黄桃缶 (31)みかん缶	おむすび (ふりかけ) お茶	
25	水	煎餅 お茶	給食はお楽しみ♪						おむすび (ふりかけ) お茶

☆献立は仕入れの都合上変更することがありますがご了承くださいようお願いいたします。

~今月のレシピ~ “小豆蒸しパン”

<材料> 1人分

- ・ホットケーキミックス 20g
- ・油 1g
- ・牛乳 10g
- ・こしあん 5g



<作り方>

1. ボウルにホットケーキミックス、油、牛乳を入れてよく混ぜる。
(生地のかたさは牛乳で調節してください)
2. アルミカップに1の生地を半分くらい流し入れ、一口大に丸めたこしあんをのせ、あんこが隠れるくらい残りの生地を流し入れる。
3. 10~15分くらい蒸す。

※あんこが苦手な子も蒸しパンにすると、とてもよく食べています♪