



《今月の旬のフルーツ：いちご》

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
1 22	土	煎餅 お茶	ごはん 野菜と豚肉のみそ炒め 中華スープ バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	豚肉 みそ 木綿豆腐 なると 牛乳	米 砂糖 ごま油 油 せんべい	玉ねぎ パプリカ チンゲン菜 もやし わかめ バナナ	
3	月	煎餅 お茶	ちらし寿司 鱈の西京焼き ブロッコリーの胡麻和え 澄まし汁 バナナ	ひな祭りゼリー ひなあられ 牛乳	卵 高野豆腐 桜でんぶ 鯖 みそ すりごま 牛乳	米 砂糖 ごま油 おふ ひなあられ	人参 れんこん いんげん えのき ブロッコリー わかめ バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
4 25	火	煎餅 お茶	ごはん ★焼売 切り干し大根のサラダ みそ汁 オレンジ	くずもち 牛乳	豚ひき肉 ハム みそ きなこ 牛乳	米 砂糖 ごま油 片栗粉 じゃがいも しゅうまいの皮 黒砂糖	玉ねぎ 揚げねぎ 切り干し大根 もやし きゅうり わかめ オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
5 19	水	煎餅 お茶	なすのミートソーススパゲッティ さつまいものレモン煮 野菜スープ いちご	カレーピラフ お茶	豚ひき肉 ベーコン ウインナー	スパゲッティ 小麦粉 油 さつまいも 砂糖 米	なす しめじ 人参 玉ねぎ 大根 白菜 いちご ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
6 27	木	煎餅 お茶	ごはん 白身魚のタルタルソース れんこんのきんぴら ★みそ汁 バナナ	焼きうどん 牛乳	カラスガレイ 卵 木綿豆腐 みそ 豚肉 牛乳	米 片栗粉 油 マヨネーズ 砂糖 うどん	パセリ れんこん 人参 なめこ バナナ 玉ねぎ ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
7 21	金	煎餅 お茶	★コッペパン ★豆乳シチュー 白菜のコンソメ蒸し (幼児)チーズ (乳児)オレンジ	五平もち 牛乳	ウインナー 鶏肉 豆乳 ベーコン みそ 牛乳 チーズ(幼児)	コッペパン じゃがいも 油 砂糖 米	玉ねぎ 人参 コーン 白菜 オレンジ(乳児)	おむすび (ふりかけ) お茶
8 29	土	煎餅 お茶	チャーハン ツナとかぼちゃの煮物 みそ汁 オレンジ	せんべい ビスケット 牛乳	豚ひき肉 ツナ みそ 牛乳	米 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 コーン かぼちゃ 大根 しめじ オレンジ	
10 24	月	煎餅 お茶	ごはん タンドリーチキン キャベツサラダ みそ汁 バナナ	豆腐ドーナツ 牛乳	鶏肉 かにかま ヨーグルト 木綿豆腐 みそ 牛乳	米 砂糖 油 ホットケーキミックス グラニュー糖	キャベツ 人参 きゅうり もやし にら バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
11	火	煎餅 お茶	ピビンバ丼 豆腐とわかめのサラダ みそ汁 オレンジ	いちご蒸しパン 牛乳	豚肉 卵 ごま 竹輪 木綿豆腐 みそ 牛乳	米 砂糖 ごま油 油 さつまいも ホットケーキミックス いちごジャム	にんにく しょうが もやし 小松菜 人参 わかめ コーン 玉ねぎ 舞茸 オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
12 26	水	煎餅 お茶	乳児:コッペパン ハンバーガー ★幼児:ハンバーガー ブロッコリーの和風マヨサラダ ミネストローネ バナナ	炊き込みごはん お茶	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ ウインナー 鶏肉 油揚げ	コッペパン(乳児) 砂糖 ハンバーガーパンズ(幼児) パン粉 マヨネーズ 油 じゃがいも マカロニ 米	玉ねぎ ひじき ブロッコリー 人参 トマト缶 にんにく キャベツ バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
13	木	煎餅 お茶	ごはん 鮭のバターしょうゆ焼き ほうれん草の白和え のっぺい汁 オレンジ	0・1才:ホットケーキ 2才~:フルーチェパフェ 牛乳	鮭 すりごま 鶏肉 木綿豆腐 生クリーム(2才~) 牛乳	米 小麦粉 砂糖 無塩バター ごま油 さといも ホットケーキミックス	ほうれん草 人参 ひじき 大根 長ねぎ 小松菜 オレンジ みかん缶(2才~)	おむすび (ふりかけ) お茶
14 28	金	煎餅 お茶	ごはん 豆腐チャンプルー 白菜と肉だんごのスープ いちご	きなこサンド 牛乳	木綿豆腐 豚肉 鶏ひき肉 きなこ 牛乳	米 ごま油 片栗粉 春雨 食パン 練乳 無塩バター	人参 もやし にら チンゲン菜 白菜 キャベツ 長ねぎ しょうが いちご	おむすび (ふりかけ) お茶
17 31	月	煎餅 お茶	ごはん ★鶏の照り焼き 大根と小松菜のサラダ みそ汁 オレンジ	バナナマフィン 牛乳	鶏肉 練りごま さつま揚げ 油揚げ みそ 卵 牛乳	米 砂糖 油 無塩バター ホットケーキミックス	大根 小松菜 人参 キャベツ えのき オレンジ バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
18	火	煎餅 お茶	給食はお楽しみ♪					おむすび (ふりかけ) お茶

★ … うちゅう組リクエストメニュー

★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。

~今月のレシピ~ "くずもち"

<材料> 1人分

- ・水 45g
- ・砂糖 4g
- ・片栗粉 7g
- ・きな粉 3g
- 《黒みつ》
- ・黒砂糖 3g
- ・水 2.5g



<作り方>

1. 鍋に水、砂糖、片栗粉を入れよく混ぜながら火にかける。
2. 全体がまとまったら一口大に丸める。
3. 2にきなこをまぶす。
4. 最後に黒みつをかける。

☆モチモチしていて優しい味のおやつです。