



日	曜日	後期(9~11ヶ月児)		完了期(12~18ヶ月児)		午後		
						後期	完了期	
1	土	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン	
3	月	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 豚ひき肉と野菜の煮物	豆腐 だし汁 しょうゆ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 しょうゆ きゃべつ だし汁 しょうゆ	軟飯 豚ひき肉のハヤシライス	豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ケチャップ 片栗粉	ミルク 白蒸しパン	ミルク 白蒸しパン	
17		すまし汁 軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ じゃが芋 だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	軟飯 鶏の照り煮 切干大根煮	鶏肉 三温糖 みりん しょうゆ 切干大根 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 玉ねぎ きゃべつ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク ゆかりおにぎり	
4	火	軟飯+おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 野菜の煮物 すまし汁	豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 人参 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ 白菜 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え すまし汁	鶏ひき肉 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 塩 片栗粉 ブロッコリー 人参 粉かつお しょうゆ 麩 白菜 だし汁 しょうゆ	ミルク かぼちゃ	ミルク スパゲティ スパゲティ 玉ねぎ しょうゆ	
5	水	軟飯+おかゆ 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	軟飯 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク りんご煮	
6		20	木	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 肉じゃが みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 しょうゆ ほうれん草 玉ねぎ だし汁 みそ	軟飯 豆腐の煮物 肉じゃが ひじきのふりかけ みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 しょうゆ 三温糖 ひじき しょうゆ みりん 三温糖 ごま かつお節 ほうれん草 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク さつま芋
7	金	軟飯+おかゆ 白身魚の煮つけ 野菜の煮物 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ きゃべつ 人参 かぼちゃ だし汁 しょうゆ 豆腐 白菜 だし汁 みそ	軟飯 白身魚の煮つけ ごま和え みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ きゃべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖 豆腐 白菜 だし汁 みそ	7日 ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)	7日 ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)	
21		21日 ミルク おかゆ または おにぎり	21日 ミルク 若菜おにぎり					
8	土	煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	煮込みうどん	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン	
22		豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン	
10	月	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物 添え野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ ブロッコリー だし汁 塩 きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 鶏肉のクリーム煮 添え野菜 すまし汁	鶏肉 人参 玉ねぎ きゃべつ 水 牛乳 塩 片栗粉 ブロッコリー 塩 きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク さつま芋おやき (さつま芋 三温糖)	ミルク さつま芋おやき (さつま芋 三温糖)	
25	火	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ 小松菜 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐の煮物 鶏肉のケチャップ煮 ごま和え すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ 小松菜 人参 ごま しょうゆ 三温糖 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク かぼちゃ	ミルク かぼちゃ	
12	水	軟飯+おかゆ 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 みそ きゃべつ 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 豆腐 だし汁 しょうゆ	軟飯 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 みそ きゃべつ 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 豆腐 わかめ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク きなこおにぎり	
26		13	木	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ じゃが芋 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ きゃべつ だし汁 みそ	軟飯 豆腐の煮物 豚肉と野菜の煮物 こふき芋 みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ じゃが芋 塩 青のり 玉ねぎ きゃべつ だし汁 みそ	ミルク さつま芋
14	金	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン	
28		軟飯+おかゆ 白身魚の煮つけ 野菜の煮物 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ 大根 人参 きゃべつ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 みそ	軟飯 白身魚の煮つけ 切干大根煮 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ 切干大根 人参 だし汁 しょうゆ 三温糖 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 みそ			

※食材料の入荷状況により、使用する食材や内容を変更することがあります。



食材が食べにくい時は、だし汁や野菜スープに片栗粉でとろみをつけ食べやすくしています。献立表には記載していませんが、片栗粉を使用しています。

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。保育園で初めて口にする食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給食	お	日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1	土			きつねうどん	うどん 油揚げ しょうゆ 三温糖 鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ かつおだし しょうゆ みりん 塩 プロセスチーズ	北海道ミルクパン 星たべよ 牛乳
				チーズ		
3	月			おにさんカレー	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 干しぶどう しょうが にんにく 油 カレー粉 コンソメ ケチャップ ウスターソース 塩 片栗粉 粗びきウインナー	ココア蒸しパン 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水 油 ココア
				わかめサラダ	わかめ きゃべつ 人参 コーン しょうゆ 酢 三温糖 ごま油	
17	月			鶏の照焼き	鶏肉 三温糖 みりん しょうゆ しょうが	牛乳
				切干大根の洋風炒り煮	切干大根 ベーコン きゃべつ 玉ねぎ 塩 油	
4	火	18		わかめスープ	わかめ 玉ねぎ コーン コンソメ しょうゆ 塩	ベーコンスパゲティ スパゲティ ベーコン えのき 玉ねぎ しょうゆ 牛乳
				ごはん	米	
5	水	19		豆腐ハンバーグ	鶏ひき肉 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 塩 片栗粉 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 片栗粉	りんご ぼたぼた焼き 牛乳
				ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー 人参 粉かつお しょうゆ	
6	木	20		すまし汁	麩 白菜 ねぎ 昆布・かつおだし汁 しょうゆ みりん 塩	
				ごはん	米	
7	金	21		鮭フライ	鮭 小麦粉 ベーキングパウダー 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖	りんご ぼたぼた焼き 牛乳
				白菜のサラダ	白菜 人参 きゅうり 塩 三温糖 酢 マヨドレ	
8	土	22		コンソメスープ	きゃべつ 玉ねぎ 人参 コンソメ しょうゆ 塩	
				ごはん	米	
9	日	23		肉じゃが	牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース つきこんにやく 油 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん (20日カレー粉)	おからケーキ 小麦粉 マーガリン 三温糖 卵 おから ベーキングパウダー 豆乳 牛乳
				(20日カレー風味)	ひじき しょうゆ みりん 三温糖 ごま かつお節	
10	月	24		みそ汁	ほうれん草 もやし 油揚げ かつおだし みそ	
				ごはん	米	
11	火	25		魚の煮付け	かかれい しょうが しょうゆ 三温糖 みりん 酒 だし汁	7日 ハッシュポテト じゃが芋 塩 コンソメ 片栗粉 油 牛乳
				ごま和え	きゃべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖	
12	水	26		具だくさんみそ汁	豆腐 白菜 えのき 油揚げ かつおだし みそ	21日)フライドポテト 冷凍フライドポテト 油 塩 牛乳
				ごはん	米	
13	木	27		わかめラーメン	中華めん 鶏肉 人参 玉ねぎ わかめ コーン コンソメ しょうゆ 塩	カスタードロールパン ソフトせんべい 牛乳
				バナナ	バナナ	
14	金	28		和風ちゃんぽん	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩	ミニホワイトロールパン まがりせんべい 牛乳
				バナナ	バナナ	
15	土	29		グラタン	鶏肉 玉ねぎ パター ほうれん草 コンソメ 塩 小麦粉 牛乳 粉チーズ パン粉 マカロニ	りんごパイ りんご さつまい 三温糖 餃子の皮 油 牛乳
				添え野菜	ブロッコリー 塩	
16	日	30		コンソメスープ	きゃべつ 人参 コーン コンソメ しょうゆ 塩	
				ゆかりごはん	米 ゆかり	
17	月	31		チキンカツ	鶏むね肉 塩 小麦粉 ベーキングパウダー 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖	クラッカー・ジャムサンド クラッカー いちごジャム 牛乳
				小松菜のみそドレッシング	小松菜 人参 コーン すりごま マヨドレ みそ 三温糖 酢 ごま油	
18	火	1		春雨スープ	ベーコン 春雨 玉ねぎ ねぎ コンソメ しょうゆ 塩	
				ごはん	米	
19	水	2		☆鮭のちゃんちゃん焼き	鮭 塩 きゃべつ 人参 しめじ 油 みそ 三温糖 みりん 酒	☆沖縄風くずもち 片栗粉 黒砂糖 水 きな粉 三温糖 牛乳
				すまし汁	豆腐 わかめ ねぎ 昆布・かつおだし汁 しょうゆ みりん 塩	
20	木	3		ごはん	米	
				豚肉のしょうが炒め	豚肉 玉ねぎ きゃべつ しょうが 油 しょうゆ みりん 三温糖	13日)いちごサブレ 小麦粉 三温糖 油 水 いちごジャム 牛乳
21	金	4		こふき芋	じゃが芋 塩 青のり	
				みそ汁	麩 ほうれん草 えのき かつおだし みそ	27日)抹茶サブレ 小麦粉 三温糖 油 水 抹茶 牛乳
22	土	5		ごはん	米	
				☆和風ちゃんぽん	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩	きなこの食パンラスク 食パン きな粉 三温糖 マーガリン 牛乳
23	日	6		ツナサラダ	ツナ きゅうり わかめ 酢 三温糖 しょうゆ ごま油	
				☆わかめごはん	米 炊き込みわかめ	
24	月	7		さわらの西京焼き	さারা 白みそ 三温糖 みりん 酒	
				切干大根煮	切干大根 人参 油揚げ だし汁 三温糖 しょうゆ みりん	
25	火	8		みそ汁	きゃべつ 玉ねぎ ねぎ かつおだし みそ	
				ごはん	米	



献立表の☆印は年長組のリクエストメニューです！

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります
※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。
集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。
保育園で初めて口にしない食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも
毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて
症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給食のスプーンとフォーク印について



印の日はスプーンをお持ちください



印の日はフォークをお持ちください
(お箸を持参されているお子様は
フォークの持参は不要です)

*おやつのスプーン、フォークは
今まで通りお持ちください

2月の給食だより

きりしま保育園

栄養豊富でとっても便利！「切干大根」

日本では、古くから食べ物を長く保存するために、様々な乾燥方法が用いられてきました。乾燥過程で水分が抜けるため、栄養素が凝縮されます。そのため、少量でも多くの栄養を摂取することができます。

	重量	鉄	カルシウム	食物繊維
だいこん	100g	0.2mg	24mg	1.4g
切干だいこん (25g)	水戻し後 100g	0.8mg	125mg	5.3g

特に、食物繊維や鉄分、カルシウムなどのミネラルが豊富になります。

切干大根を使ったおすすめレシピ



切干大根のごはん（はりはりわかめごはん）

米 2合
切干大根 12g
わかめごはんの素 適量

- 1 切干大根を戻して食べやすく切る。
- 2 いつもの水加減にセットしたお米に1の切干大根をのせて炊く。
- 3 炊きあがったら、わかめごはんの素を混ぜる。

切干大根の洋風炒り煮

切干大根 1袋（30g） ベーコン 100g
きゃべつ 2枚（100g） 玉ねぎ 1/2個（100g）
塩少々

- 1 切干大根を戻して食べやすく切る。
- 2 ベーコン、きゃべつ、玉ねぎを太めにスライスする。
- 3 切干大根から順番に炒め、具材がひたひたになる程度の水を入れ煮る。
- 4 切干大根が柔らかくなり、塩で味を整えてできあがり。



調理室より クラスの担任の先生に人気メニューを聞きました！ 今月は幼児クラスを紹介します



ほし組

唐揚げ・春雨スープ・鮭塩焼き・わかめご飯
ミートスパゲティ・和風ちゃんぽん・さつま芋の
天ぷら・かきたま汁・カレーライス

つき組

唐揚げ・かきたま汁・魚の照焼き・
切干大根の洋風炒り煮・フライドポテト
フルーツヨーグルト・ハッシュポテト
カレーライス・さつま芋もち

にじ組

ミートスパゲティ・唐揚げ・うどん汁
和風ちゃんぽん・小松菜等のふりかけ
カレーライス



らいおん組

わかめご飯・ミートスパゲティ・ミンチカツ
和風ちゃんぽん・鮭のちゃんちゃん焼き
カレーライス・沖縄風くずもち・焼きおにぎり





日	曜日	後期(9~11ヶ月児)		完了期(12~18ヶ月児)		午後	
						後期	完了期
1	土	軟飯+おかゆ 煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	軟飯 煮込みうどん	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン
15	土	軟飯+おかゆ 鶏ひき肉と野菜の煮物 みそ汁	鶏ひき肉 ほうれん草 人参 だし汁 しょうゆ 白菜 人参 だし汁 みそ	鶏そぼろ丼 みそ汁	鶏ひき肉 しょうゆ 三温糖 だし汁 ほうれん草 もやし しょうゆ 白菜 人参 だし汁 みそ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン
3	月	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 豚ひき肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ だし汁 しょうゆ きゃべつ だし汁 しょうゆ	軟飯 豚ひき肉のハヤシライス わかめサラダ すまし汁	豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ケチャップ 片栗粉 わかめ きゃべつ 人参 しょうゆ 三温糖 豆腐 きゃべつ だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク きなこの 食パンラスク
17	月	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ じゃが芋 だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	軟飯 鶏の照り煮 切干大根煮	鶏肉 三温糖 みりん しょうゆ 切干大根 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 玉ねぎ きゃべつ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク ゆかりおにぎり
4	火	軟飯+おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 野菜の煮物 すまし汁	豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 人参 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ 白菜 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え すまし汁	鶏ひき肉 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 塩 片栗粉 ブロッコリー 人参 粉かつお しょうゆ 麩 白菜 だし汁 しょうゆ	ミルク かぼちゃ	ミルク スパゲティ スパゲティ 玉ねぎ しょうゆ
5	水	軟飯+おかゆ 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	軟飯 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク りんご煮
6	木	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 肉じゃが みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 しょうゆ ほうれん草 玉ねぎ だし汁 みそ	軟飯 豆腐の煮物 肉じゃが ひじきのふりかけ みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁 しょうゆ 三温糖 ひじき しょうゆ みりん 三温糖 ごま かつお節 ほうれん草 玉ねぎ だし汁 みそ	ミルク さつまい	ミルク おからケーキ
7	金	軟飯+おかゆ 白身魚の煮つけ 野菜の煮物 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ きゃべつ 人参 かぼちゃ だし汁 しょうゆ 豆腐 白菜 だし汁 みそ	軟飯 白身魚の煮つけ ごま和え みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ きゃべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖 豆腐 白菜 だし汁 みそ	7日 ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)	7日 ミルク じゃが芋おやき (じゃが芋 塩)
21	金					21日 ミルク おかゆ または おにぎり	21日 ミルク 若菜おにぎり
22	土	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク パン粥 または 食パン	ミルク 食パン
10	月	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物 添え野菜 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ ブロッコリー だし汁 塩 きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 鶏肉のクリーム煮 添え野菜 すまし汁	鶏肉 人参 玉ねぎ きゃべつ 水 牛乳 塩 片栗粉 ブロッコリー 塩 きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク さつまいおやき (さつまい 三温糖)	ミルク さつまいおやき (さつまい 三温糖)
25	火	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ 小松菜 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐の煮物 鶏肉のケチャップ煮 ごま和え すまし汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 人参 玉ねぎ だし汁 ケチャップ 小松菜 人参 ごま しょうゆ 三温糖 玉ねぎ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク かぼちゃ	ミルク かぼちゃ
12	水	軟飯+おかゆ 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 みそ きゃべつ 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 豆腐 だし汁 しょうゆ	軟飯 鮭の煮つけ 野菜の煮物 すまし汁	鮭 だし汁 みそ きゃべつ 人参 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 豆腐 わかめ だし汁 しょうゆ	ミルク おかゆ または おにぎり	ミルク きなこおにぎり
13	木	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ じゃが芋 だし汁 しょうゆ 玉ねぎ きゃべつ だし汁 みそ	軟飯 豆腐の煮物 豚肉と野菜の煮物 こぶき芋 みそ汁	豆腐 だし汁 しょうゆ 鶏肉 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ じゃが芋 塩 青のり 玉ねぎ きゃべつ だし汁 みそ	ミルク さつまい	ミルク ブレンサブレ
14	金	軟飯+おかゆ 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	軟飯 豆腐の煮物 煮込みうどん	豆腐 だし汁 しょうゆ うどん きゃべつ 人参 だし汁 しょうゆ	ミルク 白蒸しパン	ミルク 白蒸しパン
28	金	軟飯+おかゆ 白身魚の煮つけ 野菜の煮物 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ 大根 人参 きゃべつ だし汁 しょうゆ きゃべつ 玉ねぎ だし汁 みそ	軟飯 白身魚の煮つけ 切干大根煮 みそ汁	白身魚 だし汁 しょうゆ 切干大根 人参 だし汁 しょうゆ 三温糖 きゃべつ 玉ねぎ だし汁 みそ		

※食材料の入荷状況により、使用する食材や内容を変更することがあります。



食材が食べにくい時は、だし汁や野菜スープに片栗粉でとろみをつけ食べやすくしています。献立表には記載していませんが、片栗粉を使用しています。

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。保育園で初めて口にする食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給	日付	曜日	献立名	材料	おやつ	延長
1	土	15	きつねうどん	うどん 油揚げ しょうゆ 三温糖 鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ	北海道ミルクパン	お子様 せんべい
			ごはん(ふりかけ) 鶏そぼろ丼	かつおだし しょうゆ みりん 塩 米 若菜	星たべよ 牛乳	
3	月	17	おにさんカレー	米 鶏ひき肉 油 しょうが しょうゆ みりん 三温糖	ベジロール	サラダ せんべい
			わかめサラダ	ほうれん草 もやし しょうゆ 白菜 人参 油揚げ かつおだし みそ	雪の宿 牛乳	
4	火	18	豆腐ハンバーグ	鶏ひき肉 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 塩 片栗粉	きなこの食パンラスク	サラダ せんべい
			ブロccoliのおかか和え すまし汁 ごはん	だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 片栗粉 ブロccoli 人参 粉かつお しょうゆ 麩 白菜 ねぎ 昆布・かつおだし汁 しょうゆ みりん 塩 米	食パン きな粉 三温糖 マーガリン 牛乳	
5	水	19	鮭フライ	鶏ひき肉 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 塩 片栗粉	ベーコンスパゲティ	ゆかりごはん
			白菜のサラダ コンソメスープ ごはん	だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 片栗粉 ブロccoli 人参 粉かつお しょうゆ 麩 白菜 ねぎ 昆布・かつおだし汁 しょうゆ みりん 塩 米	スパゲティ ベーコン えのき 玉ねぎ しょうゆ 牛乳	
6	木	20	肉じゃが (20日カレー風味) ひじきのふりかけ みそ汁 ごはん	牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース つきこんにやく 油 だし汁 しょうゆ 三温糖 みりん (20日カレー粉) ひじき しょうゆ みりん 三温糖 ごま かつお節 ほうれん草 もやし 油揚げ かつおだし みそ 米	りんご ぼたぼた焼き 牛乳	若菜ごはん
			魚の煮付け ごま和え 具だくさんみそ汁 ごはん	かれい しょうが しょうゆ 三温糖 みりん 酒 だし汁 きやべつ 人参 もやし ごま しょうゆ 三温糖 豆腐 白菜 えのき 油揚げ かつおだし みそ 米	7日 ☆ハッシュポテト じゃが芋 塩 コンソメ 片栗粉 油 牛乳 21日)フライドポテト 冷凍フライドポテト 油 塩 牛乳	
7	金	21	和風ちゃんぽん	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩	ミニホワイトロールパン	お子様 せんべい
			ごはん(ふりかけ)	米 ゆかり	まがりせんべい 牛乳	
10	月	22	グラタン	鶏肉 玉ねぎ バター ほうれん草 コンソメ 塩 小麦粉	りんごパイ	まがり せんべい
			添え野菜 コンソメスープ ゆかりごはん	牛乳 粉チーズ パン粉 マカロニ ブロccoli 塩 きやべつ 人参 コーン コンソメ しょうゆ 塩 米 ゆかり	りんご さつま芋 三温糖 餃子の皮 油 牛乳	
25	火	25	チキンカツ	鶏むね肉 塩 小麦粉 ベーキングパウダー 水 パン粉 油	☆クラッカージャムサンド	鮭フレーク ごはん
			小松菜のみそドレッシング ☆春雨スープ ごはん	ケチャップ ウスターソース 三温糖 小松菜 人参 コーン すりごま マヨドレ みそ 三温糖 酢 ごま油 ベーコン 春雨 玉ねぎ ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米	クラッカー いちごジャム 牛乳	
12	水	26	鮭のちゃんちゃん焼き すまし汁 ごはん	鶏むね肉 塩 小麦粉 ベーキングパウダー 水 パン粉 油	☆クラッカージャムサンド	鮭フレーク ごはん
			豚肉のしょうが炒め こぶき芋 みそ汁 ごはん	ケチャップ ウスターソース 三温糖 小松菜 人参 コーン すりごま マヨドレ みそ 三温糖 酢 ごま油 ベーコン 春雨 玉ねぎ ねぎ コンソメ しょうゆ 塩 米	クラッカー いちごジャム 牛乳	
13	木	27	豚肉のしょうが炒め こぶき芋 みそ汁 ごはん	豚肉 玉ねぎ きやべつ しょうが 油 しょうゆ みりん 三温糖 じゃが芋 塩 青のり 麩 ほうれん草 えのき かつおだし みそ 米	13日)☆いちごサブレ 小麦粉 三温糖 油 水 いちごジャム 牛乳 27日)☆抹茶サブレ 小麦粉 三温糖 油 水 抹茶 牛乳	鶏そぼろ ごはん
			☆和風ちゃんぽん	中華めん ベーコン キャベツ 人参 たけのこ(水煮) もやし ねぎ コンソメ しょうゆ 塩	ココア蒸しパン	星たべよ
14	金	28	ツナサラダ	豚肉 玉ねぎ きやべつ しょうが 油 しょうゆ みりん 三温糖	小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水	
			☆わかめごはん ☆さわらの西京焼き 切干大根煮 みそ汁 ごはん	ツナ きゅうり わかめ 酢 三温糖 しょうゆ ごま油 米 炊き込みわかめ さわら 白みそ 三温糖 みりん 酒 切干大根 人参 油揚げ だし汁 三温糖 しょうゆ みりん きやべつ 玉ねぎ ねぎ かつおだし みそ 米	油 ココア 牛乳	



献立表の☆印は年長組のリクエストメニューです！

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です

～給食で使用する食材について～
 近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。
 集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。
 保育園で初めて口にしている食材がないよう、食物アレルギーのないお子さんも
 毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に食べて
 症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給食のスプーンとフォーク印について

- 印の日はスプーンをお持ちください
- 印の日はフォークをお持ちください
(お箸を持参されているお子様は
フォークの持参は不要です)

