

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 土	焼きそば 果物	中華めん(やしそば用)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、お好みソース(コープ)、ウスターソース、油、食塩/果物/牛乳/スナックパン[既製品のパン] 	牛乳 スナックパン
3 月	ドライカレー キャベツとしめじのスープ ソフトクリームヨーグルト [3~5歳児] 	米、カレー粉、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、濃口醤油、鶏がらスープ、食塩/キャベツ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/ソフトクリームヨーグルト/牛乳/果物/じゃがいも、片栗粉、水、砂糖、食塩、油、濃口醤油、青のり	牛乳 果物 ◎じゃが芋のお焼き 
4 火	ご飯 すき焼き風煮 麩とワカメのみそ汁 	米/牛肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、豆腐、えのきたけ、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、煮干し、油、水/麩、カットわかめ、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎きな粉蒸しパン
5 水	ご飯 鶏肉の梅漬け揚げ キャベツとツナの和え物 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 	米/鶏もも肉、梅酢、酒、片栗粉、油/キャベツ、にんじん、ツナフレーク油漬、濃口醤油、砂糖/じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/まがりせんべい【卵】/ラムネ菓子 	牛乳 果物 まがりせんべい ラムネ菓子[3~5歳児]
6 木	ご飯 酢豚風 春雨スープ 	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、たけのこ、干しいたけ、パン缶、油、濃口醤油、砂糖、酢、ケチャップ、鶏がらスープ、片栗粉/春雨、チンゲン菜、ベーコン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/梨/米粉のホットケーキミックス、ホットケーキミックス(乳成分なし)、砂糖、レーズン、油、水	牛乳 梨 ◎パウンドケーキ風 
7 金	ご飯 さわらのみそ煮 小松菜のお浸し 豆腐としめじのすまし汁 	米/さわら、生姜、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、酒、水/こまつな、にんじん、濃口醤油、砂糖/豆腐、しめじ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/食パン《卵なし》、ホールコーン、ポークウインナー、ケチャップ、ピザ用チーズ	牛乳 果物 ◎ピザトースト 
8 土	ごま味ラーメン 果物 	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、緑豆もやし、青ねぎ、鶏がらスープ、濃口醤油、食塩、ごま油、油、いりごま、水/果物/牛乳/黒糖フークレエ《卵・乳なし》 	牛乳 黒糖フークレエ
11 火	ハヤシライス ブロッコリーサラダ (柑橘ドレッシング)	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ハヤシフレーク、トマト(缶詰)カット、ケチャップ、油、水/ブロッコリー、にんじん、ノンオイル柑橘ドレッシング/牛乳/果物/ロイヤルブレッド(サンドイッチ用)、いちごジャム 	牛乳 果物 ◎ジャムサンド 
12 水	ふりかけご飯(かつお) 高野豆腐の煮付け ほうれん草としめじのみそ汁 	米、ふりかけ(かつお)/高野豆腐、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、三度豆、砂糖、薄口醤油、だし昆布、水/ほうれん草、たまねぎ、しめじ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、だし昆布、業務用だし、水/牛乳/果物/薄力粉、ココア、砂糖、油、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎ココアクッキー 
13 木	ご飯 さんまの蒲焼風 白菜と人参の和えもの 豆腐とワカメのすまし汁 	米/さんま[1歳児はカレー]、生姜、片栗粉、油、濃口醤油、砂糖、本みりん、水/はくさい、にんじん、濃口醤油、砂糖/豆腐、カットわかめ、えのきたけ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉 	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ
14 金	さつま芋ご飯 豚肉の野菜炒め 切干大根のみそ汁 	米、さつまいも、食塩、だし昆布、黒ごま/豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、ごま油、濃口醤油、砂糖、食塩/切り干しだいこん、うすあげ、にんじん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/梨/米粉のホットケーキミックス、砂糖、水、豆乳、ホールコーン、油	牛乳 梨 ◎コーンフリッター 
15 土	きつねうどん 果物 	うどん、すしあげ、濃口醤油、砂糖、本みりん、だし昆布、水、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/ネオバターロール[既製品のパン]	牛乳 ネオバターロール
17 月	ご飯 チキンカレー マカロニサラダ 	米/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨドレ/ジョア ストロベリー/バナナ、みかん缶、りんご、水、砂糖、レモン果汁/ハッピーターン 	ジョア(ストロベリー) ◎フルーツポンチ ハッピーターン

※忍ヶ丘あおぞらこども園は、10/8(土)の給食がありません。

