

# 2020年 9月 ようちえんきゅうしょく

株式会社さん



www.shokuiku-sankyu.com

## 服部幸應の食育インストラクター認定資格保持栄養士による食育メニュー

食育インストラクターとは NPO日本食育インストラクター協会が広く推進する、社会で活躍できる食育の指導者の証となる資格です。食育を基礎から学び、日々の生活に活かし、健康を考えて食べ物を選んだり組み合わせたりできるように知識や考え方を広めることを目的としています。乱れている現代の「食」の大切さを再度見直し、食育メニューを実践しています。

日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
1 (火)	さつまいもごはん	さんまのやわらかに ポイルいんげん あげなすのにくみそかけ ちくわのいそべあげ もも	さんま 鶏肉 ちくわ	米・植物油脂 小麦粉・片栗粉	さつまいも いんげん・なす たまねぎ あおのり もも	496 19.7 1.9
2 (水)	ごはん	チーズささみカツ ほうれんそうときのこのあえもの カットコーン  みかん	チーズ 鶏肉	米・植物油脂 小麦粉・パン粉	ほうれん草 しめじ・えのき コーン・みかん	383 16.0 1.5
3 (木) 食育メニュー	しょくいくごはん	ぎゅうにくとキャベツのあまからいため こまつなのおかかあえ さつまいものあまに  パイン	牛肉 かつおぶし	米・植物油脂 アマランサス・ごま もちむぎ・大麦 もちあわ・黒米	たまねぎ・キャベツ 赤ピーマン・人参 小松菜・パイン さつまいも	420 12.6 1.7
4 (金)	ごはん	とりのからあげ アスパラのあえもの かぼちゃのいとこに  りんご	鶏肉	米・植物油脂 小麦粉・片栗粉	アスパラ・人参 カボチャ・小豆 りんご	463 19.4 2.0
7 (月)	しろパン わかめたわらおにぎり	デミグラスハンバーグ ナポリタン こまつなのあえもの  パイン	わかめ 豚肉 鶏肉 昆布	白パン 米・植物油脂 スパゲッティ デミグラスソース ケチャップ	玉ねぎ・人参 マッシュルーム 小松菜・パイン	453 10.5 2.0
8 (火)	ごはん	チキンカレー ミニイカフライ コールスロー  プチケーキ	鶏肉 いか	米・植物油脂 じゃがいも カレールー 小麦粉・パン粉 ドレッシング	玉ねぎ・人参 グリーンピース キャベツ・きゅうり	418 11.6 1.5
9 (水) 食育メニュー	しょくいくごはん	とりにくのレーズンケチャップに ブロッコリーのごまあえ きゅうりとだいこんのいために じゃがいものミルクに みかん	鶏肉 牛乳	米・植物油脂 大麦・じゃがいも 黒米・ケチャップ アマランサス・ごま もちあわ・もちむぎ	レーズン・ブロッコリー 人参・きゅうり 大根・玉ねぎ みかん	456 14.1 1.8
10 (木)	ごはん	アジのなんばんづけ だいこんとツナのにももの たまごロールのいそべまき  グレープフルーツ	アジ ツナ 卵 のり	米・植物油脂 片栗粉	玉ねぎ・人参 ピーマン・大根 グレープフルーツ	423 13.7 1.5
11 (金)	ごはん	しいだけのにくづめフライ スマイルポテト ほうれんそうとコーンのソテー えだまめとひじきのにももの もも	豚肉 ひじき 油揚げ	米・植物油脂 じゃがいも	しいだけ・コーン ほうれん草 枝豆・人参 もも	471 11.8 1.8
14 (月)	ごはん	メンチカツ だいすのにももの いんげんのごまあえ ポイルブロッコリー りんご	豚肉 鶏肉 大豆	米・植物油脂 小麦粉・パン粉 ごま	玉ねぎ・人参 れんこん・こんにゃく いんげん ブロッコリー りんご	527 17.9 1.7
15 (火)	ごはん	ぶたにくのしょうがやき えだまめとコーンのつまみあげ はるさめサラダ  パイン	豚肉 さつまあげ ハム	米・植物油脂 ドレッシング はるさめ・ごま	玉ねぎ・人参 キャベツ・枝豆 コーン・きゅうり パイン	405 12.3 1.8

☆仕入れ材料の都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。  
 ☆スプーン等に氏名・園名の記入をお願いします。  
 ☆弊社の給食には、「ピーナッツ」と「そば」を原料にしているものは使用しておりません。



日付	主食	献立	体をつくる (あか)	熱や力になる (きいろ)	体調を整える (みどり)	カロリー たんぱく質 塩分
16 (水)	ごはん	ミートソースオムレツ スパゲッティ チキンナゲット こんにゃくサラダ もも	豚肉 卵 鶏肉	米・植物油脂 スパゲッティ 小麦粉・片栗粉 ドレッシング	玉ねぎ・人参 こんにゃく・きゅうり もも	410 10.9 1.6
17 (木)	ごはん	チンジャオロース あげはるまき こまつなのびたし  ゴマだんご	牛肉	米・植物油脂 片栗粉・小麦粉 ごま	ビーマン・たけのこ 人参・玉ねぎ 小松菜・小豆	425 12.5 1.6
18 (金)	しょくいくごはん 食育メニュー	エビフライ こんさいのウインナーソーテー ほうれんそうのだししょうゆあえ むしカボチャ オレンジ	えび ウインナー	米・植物油脂 アマランサス・ごま もちむぎ・大麦 もちあわ・黒米 小麦粉・パン粉	れんこん・ごぼう 人参・かぼちゃ ほうれん草 オレンジ	383 10.7 1.7
21 (月)		けいろうのひ				
22 (火)		しゅうぶんのひ				
23 (水)	クロワッサン なめしたわらおにぎり	ハムカツ ブロッコリーサラダ ポイルアスパラ  りんご	ハム	クロワッサン 米・植物油脂 小麦粉・パン粉 ドレッシング	高菜・ブロッコリー カリフラワー・人参 玉ねぎ・アスパラ りんご	342 11.7 1.6
24 (木)	ごはん	ヤンニョムチキンふう もやしのナムル かいせんチヂミ  パイナップル	鶏肉 えび たこ いか	米・植物油脂 小麦粉・ごま ケチャップ	もやし・人参 ほうれん草 にら・パイナップル	500 15.8 2.0
25 (金)	ごはん	ボークカレー ひとくちヒレカツ まめサラダ  みかん	豚肉 ハム 大豆	米・植物油脂 じゃがいも カレールー 小麦粉・パン粉 マヨネーズ	玉ねぎ・人参 グリーンピース 枝豆・ひよこ豆 きゅうり みかん	537 19.3 1.7
28 (月)	ごはん	すぶたふう あげシュウマイ ほうれんそうのだいすあえ  もも	豚肉 大豆	米・植物油脂 ケチャップ 片栗粉・小麦粉	玉ねぎ・人参 たけのこ・しいたけ ビーマン ほうれん草 もも	447 13.6 1.8
29 (火)	しょくいくごはん 食育メニュー	ボークソーテーおろしソース しらたきのいために にんじんのサラダ ハッシュドポテト ミニゼリー	豚肉 油揚げ	米・植物油脂 片栗粉・じゃがいも アマランサス・ごま もちあわ・黒米 もちむぎ・大麦	大根・こんにゃく 小松菜・人参 青ネギ	453 11.3 2.0
30 (水)	ロールパン ゆかりたわらおにぎり	ビーフシチュー イタリアンサラダ  パイナップル	牛肉 ベーコン	ロールパン 米・植物油脂 デミグラスソース ドレッシング	ゆかり・人参 玉ねぎ・ブロッコリー マッシュルーム キャベツ・水菜・パイナップル きゅうり・コーン	448 10.4 1.9



幼稚園各位

2020年 9月

アレルギー代替メニュー表

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
1(火)	さつまいもごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	さんまの柔らか煮	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ポイルいんげん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	揚げなすの肉みそ掛け	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	他野菜	○
	ちくわの磯辺揚げ	アレルギー用ちくわ		ウインナー揚げ	○	○	○	○	○	○	○	○	○
もも	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー	

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
2(水)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	チーズささみカツ	○	ササミカツ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ほうれん草ときのこの和え物	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	カットコーン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	みかん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
3(木)	食育ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	牛肉とキャベツの甘辛炒め	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	小松菜のおかか和え	○	○	おかか抜き	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	さつまいもの甘煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	パイ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
4(金)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	鶏の唐揚げ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	アスパラの和え物	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	かぼちゃのいとこ煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	りんご	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
7(月)	白パン	アレルギー用パン		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	わかめ俵おにぎり	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	デミグラスハンバーグ	アレルギー用ソース		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ナポリタン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	小松菜の和え物	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	パイ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
8(火)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	チキンカレー	アレルギー用カレー		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ミニイカフライ	○	○	○	○	○	○	○	○	チキンカツ	○	○	○
	コールスロー	手作りドレッシング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	プチケーキ	手作りケーキ		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
9(水)	食育ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	鶏肉のレーズンケチャップ煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ブロッコリーの胡麻和え	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	きゅうりと大根の炒め煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	じゃがいものミルク煮	○	じゃが芋煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	みかん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
10(木)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	アジの南蛮漬け	○	○	チキン南蛮	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	大根とツナの煮物	○	○	大根煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	たまごロールの磯辺巻き	ウインナー	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	グレープフルーツ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
11(金)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	しいたけの肉詰めフライ	○	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	スマイルポテト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ほうれん草とコーンのソテー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	枝豆とひじきの煮物	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	もも	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
14(月)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	メンチカツ	○	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	大豆の煮物	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	いんげんのごま和え	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ポイルブロッコリー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	りんご	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

☆ 材料の入荷により、内容を変更する場合がございます。  
 ☆ スプーン等に、氏名および園名の記入をお願いします。  
 ☆ 「ピーナッツ」「そば」を原料とする食材は使用していません。  
 ☆ アレルギー食には、「卵」「乳製品」を原料とする食材は使用していません。

幼稚園各位

2020年 9月

アレルギー代替メニュー表

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
15 (火)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	豚肉の生姜焼き	○	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	枝豆とコーンのつまみ揚げ	○	○	ウインナー	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	春雨サラダ	手作りドレッシング・ハム抜き		○	○	ハム抜き	○	○	○	○	○	○	○
	パン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
16 (水)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ミートソースオムレツ	チキンステーキ		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	スパゲッティ	○	ナポリタン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	チキンナゲット	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	こんにやくサラダ	手作りドレッシング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	もも	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
17 (木)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	チンジャオロース	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	揚げ春巻き	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	小松菜の煮浸し	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ゴマ団子	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
18 (金)	食育ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	エビフライ	○	ササミカツ	○	ササミカツ	○	○	○	○	○	○	○	○
	根菜のウインナーソテー	○	○	○	○	ウインナー抜き	○	○	○	○	○	○	○
	ほうれん草のだししょうゆ和え	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	蒸しカボチャ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	オレンジ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
23 (水)	クロワッサン	アレルギー用パン		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	菜飯俵おにぎり	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ハムカツ	アレルギー用ハムカツ		○	○	チキンカツ	○	○	○	○	○	○	○
	ブロッコリーサラダ	手作りドレッシング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ポイルアスパラ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	りんご	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
24 (木)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ヤンニョムチキン風	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	もやしのナムル	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	海鮮チヂミ	手作りお好み焼き				○	○	○	○	お好み焼き	○	○	○
	パン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
25 (金)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ポークカレー	アレルギー用カレー		○	○	チキンカレー	○	○	○	○	○	○	○
	一口ヒレカツ	○	○	○	○	チキンカツ	○	○	○	○	○	○	○
	豆サラダ	マヨドレ・ハム抜き		○	○	ハム抜き	○	○	○	○	○	○	○
	みかん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
28 (月)	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	酢豚風	○	酢鶏	○	○	酢鶏	○	○	○	○	○	○	○
	揚げシューマイ	○	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	ほうれん草の大豆和え	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	もも	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
29 (火)	食育ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ポークソテーおろしソース	○	○	○	○	鶏肉	○	○	○	○	○	○	○
	白滝の炒め煮	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	人参のサラダ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ハッシュドポテト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ミニゼリー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

日付	メニュー	卵	乳製品	魚類	甲殻類	豚肉	ナッツ類	トマト	きゅうり	イカ	長芋	なす	フルーツ
30 (水)	ロールパン	アレルギー用パン		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ゆかり俵おにぎり	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ビーフンチュー	アレルギー用ビーフンチュー		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	イタリアンサラダ	手作りドレッシング・ベーコン抜き		○	○	ベーコン抜き	○	○	○	○	○	○	○
	パン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	ミニゼリー

☆ 材料の入荷により、内容を変更する場合がございます。  
 ☆ スプーン等に、氏名および園名の記入をお願いします。  
 ☆ 「ピーナッツ」「そば」を原料とする食材は使用していません。  
 ☆ アレルギー食には、「卵」「乳製品」を原料とする食材は使用していません。

日付	メニュー	特定原材料						特定原材料に準ずるもの、その他														備考												
		卵	乳製品	落花生	小麦	そば	エビ	カニ	たらこ	ゴマ	大豆	豚肉	ゼラチン	鶏肉	牛肉	イカ	ホタテ	鮭	鯖	山芋	くるみ		松茸	鮎	オレンジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	チョコ	他魚類	他貝類	他ナッツ類	
1(火)	さつまいもごはん			●					●																									
	さんまの柔らか煮			●					●																									
	ポイルいんげん																																	
	揚げなすの肉みそ掛け									●																								
	ちくわの磯辺揚げ	●		●						●																								
2(水)	ごはん																																	
	チーズささみカツ	●		●					●																									
	ほうれん草ときのこの和え物			●					●																									
	カットコーン																																	
	みかん																																	
3(木)	食育ごはん								●																									
	牛肉とキャベツの甘辛炒め			●					●																									
	小松菜のおかか和え			●					●																									
	さつまいもの甘煮																																	
	パイ																																	
4(金)	ごはん																																	
	鶏の唐揚げ			●					●																									
	アスパラの和え物			●					●																									
	かぼちゃのいとこ煮			●					●																									
	りんご																																	
7(月)	白パン	●	●	●					●																									
	わかめ俵おにぎり																																	
	デミグラスハンバーグ	●		●					●	●																								
	ナポリタン			●					●																									
	小松菜の和え物																																	
8(火)	ごはん																																	
	チキンカレー	●		●					●	●																								
	ミニイカフライ			●					●																									
	コールスロー	●		●					●																									
	プチケーキ	●	●	●					●																									
9(水)	食育ごはん								●																									
	鶏肉のレーズンケチャップ煮								●																									
	ブロッコリーの胡麻和え			●					●	●																								
	きゅうりと大根の炒め煮			●					●																									
	じゃがいものミルク煮	●																																
10(木)	ごはん																																	
	アジの南蛮漬け			●					●																									
	大根とツナの煮物			●					●																									
	たまごロールの磯辺巻き	●							●																									
	グレープフルーツ																																	
11(金)	ごはん																																	
	しいたけの肉詰めフライ			●					●	●																								
	スマイルポテト								●																									
	ほうれん草とコーンのソテー								●																									
	枝豆とひじきの煮物			●					●																									
14(月)	ごはん																																	
	メンチカツ			●					●	●																								
	大豆の煮物			●					●																									
	いんげんのごま和え			●					●	●																								
	ポイルブロッコリー																																	
15(火)	ごはん																																	
	豚肉の生姜焼き			●					●	●																								
	枝豆とコーンのつまみ揚げ			●					●																									
	春雨サラダ	●		●					●	●	●																							
	パイ																																	

★○印の原材料を使用しております。★表記されていない原材料につきましては、お手数ですが、お問い合わせ下さい。

日付	メニュー	特定原材料						特定原材料に準ずるもの、その他														備考													
		卵	乳製品	落花生	小麦	そば	エビ	カニ	たらこ	ゴマ	大豆	豚肉	ゼラチン	鶏肉	牛肉	イカ	ホタテ	鮭	鯖	山芋	くるみ		松茸	鮎	オレンジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	チョコ	他魚類	他貝類	他ナッツ類		
16(水)	ごはん																																		
	ミートソースオムレツ	●	●		●					●	●																								
	スパゲッティ		●		●					●																									
	チキンナゲット				●					●			●																						
	こんにやくサラダ		●																																
	もも																								●										
17(木)	ごはん																																		
	チンジャオロース				●					●			●																						
	揚げ春巻き				●					●																									
	小松菜の煮浸し				●					●																									●
	ゴマ団子				●					●	●																								
18(金)	食育ごはん									●																									
	エビフライ		●		●		●			●																									
	根菜のウインナーソテー				●					●	●																								
	ほうれん草のだししょうゆ和え				●					●																									●
	蒸しカボチャ																																		
	オレンジ																							●											
23(水)	クロワッサン	●	●		●					●																									
	菜飯俵おにぎり																																		
	ハムカツ		●		●					●	●																								
	ブロッコリーサラダ		●		●					●																									
	ポイルアスパラ																																		
	りんご																										●								
24(木)	ごはん																																		
	ヤンニョムチキン風				●					●	●		●																						
	もやしのナムル				●					●	●																								
	海鮮チヂミ		●		●		●			●					●																				
	パイ																																		
25(金)	ごはん																																		
	ポークカレー		●		●					●	●	●		●	●												●	●							
	一口ヒレカツ				●					●	●																								
	豆サラダ		●		●					●	●																								
	みかん																																		
28(月)	ごはん																																		
	酢豚風		●		●					●	●																								
	揚げシュウマイ				●					●	●																								
	ほうれん草の大豆和え				●					●																									●
	もも																								●										
29(火)	食育ごはん									●																									
	ポークソテーおろしソース				●					●	●																								
	白滝の炒め煮				●					●																									
	人参のサラダ																																		
	ハッシュドポテト									●																									
	ミニゼリー									●																									
30(水)	ロールパン	●	●		●					●																									
	ゆかり俵おにぎり																																		
	ビーフシチュー		●		●					●			●	●																					
	イタリアンサラダ		●		●					●	●																								
	パイ																																		

★○印の原材料を使用しております。★表記されていない原材料につきましては、お手数ですが、お問い合わせ下さい。