



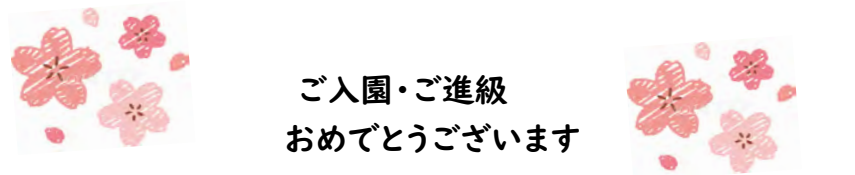


●卵 乳アレルギー

※都合により、献立を変更することがあります。

日 曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
			黄	赤	緑	
1 土	照り焼き丼、かぼちゃのみそ汁、果物(オレンジ)	焼きいも	熱と力になるもの 米(精白米)、砂糖、ごま油	血や肉や骨になるもの とり肉(若鶏もも・皮付) 米みそ(甘みそ)	体の調子を整えるもの だいたい、にんじん、むぎ、枝豆、にら えのきたけ、ほうれんそう バナナアップル	
3 月	きびご飯、秋刀魚の蒲焼風、●ほうれん草の白和え、そうめん汁、果物(バナナ)	●アガラサー ●牛乳	米(精白米)、きび(精白粒) 片栗粉、砂糖、油 ●ごまドレッシング 干ししょうめん	さんま とうふ(木綿豆腐)、ツナ	ほうれんそう、にんじん 万能ねぎ バイナップル	
4 火	ご飯、チキンカレー、●ブロッコリーサラダ、●ヨーグルト、	●マシュマロ おこし ●牛乳	米(精白米) じゃがいも ●ごまドレッシング	とりもも肉 ツナ ●ヨーグルト(加糖)	たまねぎ、にんじん ブロッコリー(冷凍)、にんじん、コーン(缶)	
5 水	たけのこ御飯、●鮭フライ・タルタルソース、白菜のツナあえ、アーサのすまし汁、果物(りんご)	●きなこ クリームパン ●牛乳	米(精白米) ●マヨネーズ、卵(全卵)、小麦粉、揚げ油	さけ(鮭) ●ゆで卵、●卵 ツナ、かつお節	にんじん、たけのこ(ゆで)、万能ねぎ たまねぎ、ピーマン はくさい、にんじん、きゅうり えのきたけ、万能ねぎ、あおさ・アーサー りんご	
6 木	●ミートスパゲティ、フレンチサラダ、●わかめ卵スープ、果物(バナナ)、●牛乳	いなり寿司	ホットドッグパン、砂糖	●生クリーム、きなこ ●牛乳	含みき肉(牛・ぶた)	
7 金	●親子丼、キャベツの和え物、ゆし豆腐、果物(バナナ)、	●さつま芋の天ぷら ●牛乳	スパゲティ、オリーブ油 砂糖、オリーブ油	●卵 ●牛乳	油あげ、白いりごま	
8 土	牛肉みそ丼、だいこんのみそ汁、果物(オレンジ)	焼きもちおにぎり	米(精白米)、砂糖、ごま油	とりもも肉、●卵 しらす干し、 とうふ(ゆし豆腐)	万能ねぎ バイナップル	
10 月	ご飯、●クリームシチュー、●チョップサラダ、果物(オレンジ)	豆腐たこ焼き ●牛乳	米(精白米)、油、砂糖	牛(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ) 米みそ(甘みそ)	チンゲンサイ、たまねぎ、赤ピーマン だいこん、長ねぎ、カットわかめ オレンジ	
11 火	●沖縄そば、きゅうりとわかめの和え物、果物(バナナ)、●牛乳	青のり鮭おにぎり	米(精白米) じゃがいも ●ごまドレッシング	●牛乳、とり肉(若鶏むねなし) だいず(ゆで)	たまねぎ、ブロッコリー(冷凍)、にんじん トマト、きゅうり、コーン(缶)、えだまめ オレンジ	
12 水	ご飯、●うじら豆腐、●胡瓜スティック、レバー汁、果物(りんご)	きのこおこわ	片栗粉、油	とうふ(木綿豆腐)、しらす干し、削り節 ●牛乳	キャベツ、あおのり	
13 木	ご飯、西京焼き、ひじき炒め、小松菜と豆腐のみそ汁、果物(バナナ)	●オートミール クッキー ●牛乳	ゆで沖繩めん、砂糖 砂糖	ぶた肉(三枚肉) ●かまぼこ しらす干し ●牛乳	万能ねぎ、しょうが きゅうり、カットわかめ バナナ	
14 金	ご飯、カラフルマーボー豆腐、パンパシジー、●中華卵スープ、果物(りんご)	●フレンチ トースト ●牛乳	米(精白米) 揚げ油 ●マヨネーズ じゃがいも	さけ(焼)	焼のり、あおのり	
15 土	そばろ丼、じゃがいものみそ汁、果物(みかん)	バナナ せんべい	米(精白米)、米(もち米)	とり肉(若鶏ささ身)	しめじ、にんじん、にら、干しいちげ	
17 月	ご飯、●ドライカレー、白菜フレンチサラダ、果物(オレンジ)	もちもちどら焼き ●牛乳	米(精白米) 砂糖 こんにやく、油、砂糖	かれい、米みそ(甘みそ) ぶた肉(ばら)、油あげ とうふ(木綿豆腐)、米みそ(甘みそ)	にんじん、ひじき、にら こまつな バイナップル	
18 火	●オムライス、●たこさんウインナー、●温野菜サラダ、白菜スープ、●プリン	●鯉のぼり クッキー ●牛乳	米(精白米) 砂糖、ごま油 片栗粉	●牛乳、●卵 ●牛乳	●牛乳、●卵 ●牛乳	たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、にんじん きゅうり、もやし、にんじん にら りんご
			米(精白米)、砂糖、油、ごま油 じゃがいも	とり肉(ひき肉) 米みそ(甘みそ)	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きさみどり、しょうが	
			せんべい		万能ねぎ、わかめ(乾) みかん	
			米(精白米) 米(精白米) 砂糖、オリーブ油	ぶた肉(ひき肉)、牛肉(ひき肉)、●チーズ	もちもち、にんじん、グリーンピース(冷凍)、コーン はくさい、りんご、赤ピーマン、みずな オレンジ	
			ホットケーキ粉、もち粉、油	つぶしあん(砂糖添加) ●牛乳		
			米(精白米)、油 ●ごまドレッシング	●卵、とりもも肉 ●ウインナー	たまねぎ、モックスベジタブル(冷凍) ブロッコリー(冷凍)、にんじん、おろしカラシ(ゆで)、コーン(缶) はくさい	
			小麦粉、●マーガリン、砂糖	●卵 ●牛乳		

日 曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
			黄	赤	緑
19 水	青菜ご飯、●魚のチーズピカタ、大根うぶさー、ほうれん草みそ汁、果物(バナナ)	●じゃが芋 チーズ焼き、 ●牛乳	米(精白米) 小麦粉、●マヨネーズ、油 砂糖	めかじき、●卵、●粉チーズ 豚肩ロース 米みそ(甘みそ)	だいこん、にんじん、むぎ、枝豆、にら えのきたけ、ほうれんそう バイナップル
20 木	納豆ご飯、肉じゃが、中華和え、果物(グレープフルーツ)、●牛乳、ゆし豆腐(アーサ)	●ポーク卵 おにぎり、	米(精白米) じゃがいも、しらす干し、砂糖 ごま油、砂糖	●チーズ ●牛乳 なつとう ぶた肉(ロース) ツナ ●牛乳 とうふ(ゆし豆腐)	たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍) きゅうり、カットわかめ グレープフルーツ 万能ねぎ、あおさ・アーサー からしな、焼のり
21 金	ご飯、八宝菜、●ちくわチーズ焼き、南瓜のみそ汁、果物(オレンジ)	●三月菓子、 ●牛乳	米(精白米) 片栗粉、ごま油、砂糖	ぶた肉(もも) 活くわ、●チーズ 米みそ(甘みそ)	あおのり かぼちゃ、たまねぎ、長ねぎ オレンジ かぼちゃ
22 土	びびんバ丼、わかめスープ、果物(みかん)	みそおにぎり、	小麦粉、揚げ油、砂糖、黒砂糖、油	●卵 ●牛乳	豚肩ロース
24 月	ご飯、豚肉のしょうが焼き、●マカロニサラダ、えのきたけ豆腐のみそ汁、果物(グレープフルーツ)	ちぢみ、 ●牛乳	米(精白米) 油、砂糖 マカロニ、●マヨネーズ、オリーブ油、砂糖	豚肩ロース ●ゆで卵 とうふ(絹ごし豆腐)、米みそ(甘みそ)	にんじん、たまねぎ、こまつな、しょうが きゅうり、りんご、みかん(缶) えのきたけ、万能ねぎ グレープフルーツ
25 火	 ●アメリカン ドッグ、 ●牛乳		小麦粉、もち粉、ごま油、砂糖	しらす干し ●牛乳	にら
26 水	ご飯、サバのみそ煮、厚揚げのそぼろ煮、かぼちゃのみそ汁、果物(バナナ)	ちんびん、 ●牛乳	ホットケーキ粉、揚げ油	◎ウインナー、●牛乳、●卵 ●牛乳	
27 木	●タコライス、豆腐ナゲット、●コーンスープ、●お誕生日ケーキ 野菜フルーツジュース 	カレー ポップコーン、 ●牛乳	米(精白米) 砂糖 砂糖、片栗粉	さば、米みそ(甘みそ) 厚揚げ、ぶた肉(ひき肉) 米みそ(甘みそ)	だいこん、万能ねぎ たまねぎ、えのきたけ、にんじん、えだまめ かぼちゃ、たまねぎ、長ねぎ バナナ
28 金	青菜ご飯、鮭の塩焼き、かぼちゃのそぼろ煮、白菜のみそ汁、りんご、●牛乳、	そうめん ちゃんぷるー	米(精白米) 油 砂糖、片栗粉	●牛乳	からしな
29 土			干ししょうめん	さけ(鮭) ぶた肉(ひき肉) 米みそ(甘みそ)、油あげ ●牛乳 ツナ(油漬缶)	かぼちゃ、たまねぎ、のり、にんじん、えだまめ はくさい、万能ねぎ りんご たまねぎ、にんじん、にら



## ご入園・ご進級 おめでとうございます

金城こども園の給食では、成長期に必要な栄養素のバランスだけでなく、旬の食材や郷土料理などを取り入れた献立を考え、「食の楽しさ・食材のおいしさ」を感じられるようなメニュー作りを心がけています。また、アレルギーの問題などもありますので、ご家庭での様子もお伺いしながら進めていきたいと思ひます。新しい環境で精神的・身体的にも不安定になる時期かと思ひますが、安全でおいしい給食を提供します。どうぞ宜しくお願い致します。