

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
1	火	牛乳 小麦胚芽の クラッカー	体操教室 行事主任会議	タイピーエン ひじき炒め 果物	豚肉・卵・牛乳 卵・おから	春雨・南関揚げ 片栗粉・ごま油 糸コンニャク・ミックス粉	白菜・玉ねぎ・人参・きくらげ ゆで干し大根・ひじき・バナナ	牛乳 おからドーナツ	
2	水	牛乳 ハーベスト	リハーサル② 園児健康診断	麻婆豆腐 ミモザサラダ ヤクルト	豚挽肉・牛挽肉 豆腐・赤味噌・牛乳 ちりめんじゃこ・卵	砂糖・ごま油 片栗粉	人参・玉ねぎ・なす・ニラ 干し椎茸・トマト・きゅうり・ワカメ オレンジジュース・生姜・ニンニク	牛乳 人参ゼリー	
3	木	牛乳 果物		クリームシチュー 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・牛乳 スキムミルク 絹厚揚げ・花かつお	じゃがいも・小麦粉 バター・サンド用食パン	玉ねぎ・人参・コーン缶・いんげん しめじ・いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	
4	金	牛乳 マリー ビスケット		魚の西京焼き きゅうりのごま酢和え かきたま汁	魚・牛乳・米味噌 カニかま・卵 ヨーグルト	いりごま・砂糖 片栗粉	きゅうり・人参・キャベツ 玉ねぎ・エノキ・小ねぎ	麦茶 もみじ ヨーグルト	
5	土			 運動会 				おみやげ (菓子)	
7	月	牛乳 ソフトせんべい		高野豆腐のココロ煮 トマトときゅうりのツナサラダ 果物	高野豆腐・牛乳 鶏肉・天平・ツナ缶 きな粉	じゃがいも・砂糖 マヨネーズ・片栗粉	玉ねぎ・人参・いんげん トマト・きゅうり・レタス・バナナ	麦茶 牛乳もち	
8	火	牛乳 ギンビス アスパラガス		八宝菜 切干大根の炒め煮	豚肉・牛乳・卵 ちりめんじゃこ すり身・粉チーズ	南関揚げ・小麦粉 マーガリン・片栗粉 ごま油・砂糖	玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜 干し椎茸・ゆで干し大根 きくらげ・青のり	牛乳 手作り クラッカー	
9	水	牛乳 魚肉ソーセージ		松風焼き ブロッコリーとじゃこのサラダ 南瓜の味噌汁	鶏ひき肉・味噌 牛乳・ちりめんじゃこ チーズ・いりこ	パン粉・いりごま マヨネーズ・ミックス粉 油揚げ・バター	ねぎ・玉ねぎ・生姜・ブロッコリー 太秋柿・人参・南瓜・エノキ 小ねぎ	牛乳 手作り スコーン	
10	木	牛乳 果物	消防訓練	炒り豆腐 海草サラダ レバー甘煮	鶏肉・牛乳・豆腐 かまぼこ・鶏レバー	さつまいも・砂糖 ミックス粉・小麦粉 マーガリン	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 小ねぎ・干し椎茸・ワカメ トマト・きゅうり・ニンニク	牛乳 芋まんじゅう	
11	金	牛乳 動物ビスケット	英語教室	豚汁 れんこんのきんぴら 納豆	豚肉・牛乳・味噌 絹厚揚げ・チーズ 納豆	里芋・砂糖・ミックス粉 糸コンニャク	ごぼう・人参・大根・玉ねぎ レンコン・ねぎ・白菜	牛乳 人参と チーズの蒸しパン	
12	土	牛乳 ハーベスト		親子丼 トマトサラダ	鶏肉・牛乳・卵	砂糖	玉ねぎ・人参・小松菜・きゅうり トマト・ワカメ	牛乳 果物 せんべい	
15	火	牛乳 ぼたぼた焼き	体操教室	夏野菜の味噌炒め ココロサラダ 手作りふりかけ	豚肉・いりこ・牛乳 プロセスチーズ 卵・花かつお	マヨネーズ・じゃがいも 小麦粉・砂糖・いりごま	キャベツ・きゅうり・ピーマン 玉ねぎ・人参・なす・レーズン 生姜・りんご	牛乳 手作り 丸ボーロ	
16	水	牛乳 小麦胚芽の クラッカー		栄養きんぴら 野菜のピーナッツ和え 果物	牛乳・豚肉 天平・バター・ピーナッツ	糸コンニャク・砂糖 米	人参・ごぼう・切干大根 いんげん・キャベツ・もやし 小松菜・蓮根	麦茶 おにぎり	
17	木	牛乳 マリー ビスケット	移動図書 消毒 交通指導	ポークビーンズ 野菜のツナ和え	豚肉・大豆・牛乳 ツナ缶	じゃがいも・片栗粉 マシュマロ・フルグラ コーンフレーク	キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ トマト缶・きゅうり・小松菜	牛乳 マシュマロ バー	
18	金	牛乳 果物	英語教室	魚のマヨネーズ焼き 野菜のごま和え 厚揚げのみそ汁	魚・牛乳・粉チーズ いりこ・味噌 絹厚揚げ	マヨネーズ・砂糖 いりごま・さつまいも	きゅうり・キャベツ・もやし 白菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ ほうれん草	牛乳 ミックス かりんとう	
19	土	牛乳 チーズ	クラス参観 桃組	煮込みうどん もやしのナムル	鶏肉・牛乳・卵 竹輪	冷凍うどん・油あげ ごま油・ミックス粉	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸 ねぎ・きゅうり・もやし いちごジャム	牛乳 ホットケーキ	
21	月	牛乳 ハーベスト		豚肉の生姜焼き 野菜炒め 豆腐のみそ汁	豚肉・牛乳・豆腐 牛乳・いりこ・味噌 プロセスチーズ	春雨・片栗粉・油揚げ じゃがいも・マーガリン	玉ねぎ・人参・キャベツ・ニラ ピーマン・小松菜・生姜・エノキ 小ねぎ	牛乳 じゃがいもち	
22	火	牛乳 雪の宿 せんべい	防犯訓練	焼きビーフン 牛肉とごぼうの炒め煮	豚肉・牛肉・牛乳	ビーフン・いりごま 砂糖	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン きくらげ・ごぼう・金時豆	牛乳 煮豆	
23	水	牛乳 ギンビス アスパラガス	誕生会 検便	炊き込みご飯 卵のコロッケ 付け合わせ 野菜スープ 果物	牛乳・卵・チーズ	米・小麦粉・パン粉 じゃがいも・マヨネーズ シフォンケーキ	しめじ・えのき・人参・玉ねぎ レタス・トマト・きゅうり・白菜 いんげん・コーン缶・みかん	牛乳 お誕生日 ケーキ	
24	木	牛乳 白い風船	年長 パス遠足	ポークカレー フレンチサラダ 果物	豚肉・スキムミルク 牛乳	じゃがいも・砂糖 オリーブオイル メロンパン	玉ねぎ・人参・なす・トマト キャベツ・きゅうり・レーズン りんご	牛乳 ミニメロンパン	
25	金	牛乳 動物ビスケット	英語教室	栄養オムレツ マカロニサラダ コンソメスープ	ウインナー・牛乳・卵	マカロニ・マヨネーズ さつまいも	玉ねぎ・人参・ほうれん草 エリンギ・キャベツ・エノキ・白菜 きゅうり・レーズン	牛乳 ふかし芋	
26	土	牛乳 魚肉ソーセージ	宇土高校ハロウィンフェス	焼きそば きゅうりの即席漬け	豚肉・牛乳 ヨーグルト	焼きそば麺・砂糖 クラッカー	キャベツ・きゅうり・人参 ピーマン・玉ねぎ・もやし	ヨーグルト クラッカー	
28	月	牛乳 果物		肉じゃが ドレッシングサラダ	豚肉・牛乳・天平 卵	じゃがいも・砂糖 糸コンニャク・小麦粉 ごまドレッシング	人参・玉ねぎ・いんげん キャベツ・きゅうり・りんご レタス・コーン缶	牛乳 手作り りんごケーキ	
29	火	牛乳 ソフトせんべい	体操教室	鶏肉のから揚げ マロニーの酢の物 わかめスープ	鶏肉・卵・牛乳 チーズ	マロニー・片栗粉 白玉粉・ミックス粉 黒ごま	きゅうり・人参・キャベツ レーズン・ワカメ・大根・エノキ 玉ねぎ・レタス・ニンニク	牛乳 もちもち チーズパン	
30	水	牛乳 マリー ビスケット		ポークハヤシライス スパゲッティサラダ	豚肉・牛乳 粉チーズ	スパゲッティ麺 マヨネーズ・じゃがいも 小麦粉	玉ねぎ・人参・しめじ・なす きゅうり・キャベツ	牛乳 ハロウィン クッキー	
31	木	牛乳 ハーベスト		魚のカレームニエル 野菜のおかか和え ごぼうスープ	魚・牛乳・卵 花かつお・明太子	バター・小麦粉・砂糖 食パン・マヨネーズ	キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参 きゅうり・白菜・ごぼう・ニラ 小松菜	牛乳 明太・シュガー トースト	