

26日(金)は、完全給食の日。
 (3~5歳児さんは、ご飯がいきりません。)
 *みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。

日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたい たべもの
		0~2歳児 朝のおやつ	お昼の給食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの (きいろ)	丈夫な体を作るたべもの (あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの (みどりいろ)	
1	月	おれんじ かすてら	やさしいっぱいどらいかれー ひじきとえだまめのサラダ ばなな とりにくとなつやさいのあまぜあえ やさいのたまごいため おれんじ	おこのみやき	じゃがいも あぶら まよねーず	ぶたミンチ なまくりーむ めひじき	にんじん たまねぎ とまと こーん なす しょうが にんにく れーずん えだまめ ばなな	大豆製品・ごま類
2	火	2色くらっかー のむよーぐると	なまあげのうま煮 ぶどう きりほしだいこんとおくらのつなぼん	いもっこぼん	かたくりこ あぶら さとう	とりにく ベーこん たまご	たまねぎ びーまん なす とまと きやべつ 黄びーまん にんじん おれんじ	魚介類・葉もの
3	水	おかし みるくここあ	なつやさいのすたみないため もろへいやなつとう ごーるどきうい	とうにゆうけーき	あぶら ごまあぶら さとう	なまあげ ぶたにく つな	にんじん ちんげんさい たまねぎ おくら きりほしだいこん とまと ぶどう	海藻類・かんきつ類
4	木	すなっくぱん ばななじゅーす	あじのちゅうかふうやき すいか さつまいも煮 ゆでとうもろこし	ふる一つの くりーむのせ	はるさめ さとう あぶら ごまあぶら さつまいも	あじ きざみこんぶ	たまねぎ なましいたけ きくらげ とうもろこし すいか	肉類・緑黄色やさい
5	金	ばなな・りんご	なつやさいのすたみないため もろへいやなつとう ごーるどきうい	みたらしどーなつ	じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにく あかみそ なつとう	玉ねぎ きやべつ 生椎茸 びーまん なす 人参 赤びーまん にんにく 生姜 もろへいや きうい	乳製品・ナッツ類
6	土	ぎゅうにゆう	じゃーまんぼてとすげってい こーんサラダ おれんじ	おかし	すげってい じゃがいも ばたー おりーぶおいる	ベーこん はむ	たまねぎ にんじん こーん きやべつ おれんじ	魚介類・やさい
8	月	きなこさんど おれんじじゅーす	とうふとさけのきっしゅ ばなな にんじんのつなごま ゆでえだまめ	じゃこむすび	あぶら しるごま さとう	木綿豆腐 鮭 ちーず つな なまくりーむ ベーこん 卵	にんにく たまねぎ にんじん まっしゅるーむ さやいんげん えだまめ ばなな	海藻類・いも類
9	火	ほいるういんなー	かぼちやのちりこんかん きやべつとりんごのサラダ ぱいん	2しょくかんでん	おりーぶおいる まよねーず	ぎゅうミンチ かまぼこ	かぼちや せろり たまねぎ にんにく きやべつ ほーるとまと りんご きゅうり ぱいなつぷる	大豆製品・葉もの
10	水	おかし はちみつりんご	しろみさかなのかわりてんぶら りきゅう煮 とうにゆうじる ぶどう	くるみちーずぱん	しるごま てんぶらこ あぶら ねりごま	しろみさかな むきえび なまあげ とうにゆう	ゆかり とうがん おくら なす えだまめ ちんげんさい なましいたけ ぶどう	肉類・かんきつ類
11	木	ぜりー	ちんじやおろーす なつやさいあえ おれんじ	きやらめるふうちゃん ばなな	さとう ごまあぶら かたくりこ	ぶたにく	たけのこ にんじん びーまん おくら かぼちや さやいんげん なす おれんじ	大豆製品・いも類
12	金	ぼうむくーへん おれんじ	あろはちきん づつきーにのサラダ やきもろこしぼたーじゅ すいか	もちもち すいーとぼてと	さとう ばたー	とりにく ちーず ベーこん ぎゅうにゆう	ぱいなつぷる しょうが にんにく づつきーに とまと とうもろこし たまねぎ ばせり すいか	たまご・ナッツ類
13	土	ぎゅうにゆう	ちゅうかどん ごーるどきうい もやしひーなつあえ	おかし	ごまあぶら さとう かたくりこ ひーなつ	ぶたにく	にんじん ちんげんさい たまねぎ ほししいたけ もやし きゅうり ごーるどきうい	乳製品・淡色やさい
16	火	ばなな ぶちぜりー	なつとうぎょうざ みそしる きんぴらこんにやく ぶどう	ゆでとうもろこし	ぎょうざのかわ あぶら いとこんにやく さとう	なつとう あぶらあげ みそ	ねぎ にんじん びーまん しめじ こまつな たまねぎ かぼちや ぶどう	魚介類・かんきつ類
17	水	あーもんどとーすと ぶどうじゅーす	しおにくじゃが おれんじ きやべつのすきむゆかりあえ	みるくここあぜりー	じゃがいも いとこんにやく あぶら	ぶたにく すきむみるく	にんじん たまねぎ きやべつ もやし ゆかり おれんじ	たまご・ナッツ類
18	木	うえはーす おれんじ	さけのむにえるさるさーす すげっていサラダ ごーるどきうい	りんごじやむぱん	こむぎこ あぶら すげってい まよねーず	さけ つな	とまと たまねぎ ばせり にんじん きゅうり ごーるどきうい	肉類・緑黄色やさい
19	金	おかし・みる	ぶたにくとこうやのごまいため きゅうりのすのもの ぐれーぶふるーつ	すいか・ばなな	さとう しるごま あぶら	ぶたにく 高野豆腐 わかめ あぶらあげ しらすぼし	たまねぎ にんじん いら しょうが きゅうり ぐれーぶふるーつ	乳製品・いも類
20	土	 ☆こどもなつまつり☆						
22	月	 おたのしみランチ						
23	火	おかし ばなならっしー	とうふのおいすたーそーすいため そうめんうりのごまぜあえ すいか	めろんぱんとーすと	さとう ごまあぶら かたくりこ しるごま	もめんどうふ とりにく つな	にんじん たまねぎ さやいんげん ほししいたけ いら しょうが そうめんうり きゅうり すいか	海藻類・かんきつ類
24	水	2色くらっかー かるびす	ぶたこまちーずかつ わかびーあえ とまとのさんらーたんふう おれんじ	すなっくうどん	まよねーず ばんこ かたくりこ ごまあぶら	ぶたにく ちーず わかめ もめんどうふ たまご	びーまん にんじん もやし とまと たまねぎ きくらげ ねぎ おれんじ	魚介類・葉もの
25	木	ばなな・ぶどう	さばのかれーそーす煮 5しょくやさいそてー ぱいなつぷる	れもんよーぐると けーき	こむぎこ あぶら	さば	玉ねぎ 人参 まっしゅるーむ もやし びーまん ぐりんびーす きやべつ たけのこ ぱいなつぷる	大豆製品・いも類
26	金	ほいるういんなー	きっすびんば かぼちやのくりーみーさらだ ぶどう	すいかぼんち	こめ さとう ごまあぶら まよねーず	ぶた・とりミンチ うずら卵 ベーこん なまくりーむ	こねぎ にんにく 生姜 もやし 人参 たまねぎ ほうれんそう ぶちとまと 南瓜 胡瓜 ぶどう	海藻類・ナッツ類
27	土	ぎゅうにゆう	しおやきそば つなごまきゅうり おれんじ	おかし	やきそばめん ごまあぶら ごま さとう	ぶたにく つな	にんじん たまねぎ きやべつ たけのこ にんにく れもん きゅうり おれんじ	たまご・緑黄色野菜
29	月	おれんじ ぶちぜりー	かにたま づつきーにのしおこんぶあえ ばなな	あまぐりの すていっくぱい	まーがりん 片栗粉 さとう はるさめ ごまあぶら ごま	たまご かにかま かに缶 ぶたにく しおこんぶ	こねぎ にんじん たまねぎ ぐりんびーす おくら づつきーに ばなな	乳製品・いも類
30	火	ぼうむくーへん うえはーす	しろみさかなのれもんふうみやき じゃがいもいため ぶたじる ぶどう	とうもろこし おにぎり	さとう じゃがいも ごまあぶら	しろみさかな とりにく ぶた肉 もめんどうふ みそ	れもん びーまん にんじん しょうが おくら もろへいや えのきたけ ぶどう	海藻類・ナッツ類
31	水	はちみつぱん りんごじゅーす	むしどりのぜりーのせ なすととまとのちーずやき すいか	かぼちやくずもち	すりごま さとう	とりにく すきむみるく かんでん つな ちーず	しょうが きゅうり にんじん もやし こねぎ なす とまと たまねぎ すいか	大豆製品・淡色野菜