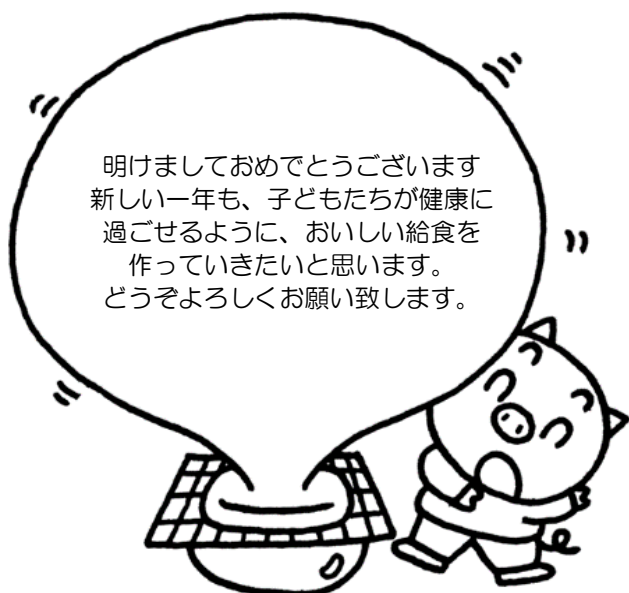


日	曜	主食	副食 共通	おやつ	
				午前(未満児)	午後(共通)
4	水	ご飯	メンチカツ わかめとツナのナムル みかん 白菜のスープ	牛乳 カル鉄クッキー	牛乳 ★フレンチトースト
5	木	ご飯	ポークステーキ 紅白なます いちご かぼちゃの味噌汁	牛乳 まんまるせんべい	牛乳 ★さつまいものつき揚げ
6	金	七草粥	卵焼き ブロッコリーのおかか和え ミニトマト ミニゼリー 豆腐のスープ	牛乳 きなこおかき	牛乳 プリン
7	土	(鬼火焚き) 食パン ひじき麺 キャベツとウインナーソテー 焼きししゃも りんご		牛乳 ★ホットケーキ	牛乳 ミニ小魚スナック
10	火	ご飯	豚バラ大根 ブロッコリーと卵のサラダ パイン缶 わかめスープ	牛乳 ひじきスティック	牛乳 ★ゴマ団子
11	水	にんじんご飯	松風焼き チーズキャッチ ミニトマト キウイ きのことスープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★白玉ぜんざい
12	木	ご飯	さわらの西京焼き 大根サラダ パイナップル けんちん汁	牛乳 さげせん	牛乳 ★モンブラン
13	金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ もも缶 もやしスープ	牛乳 ミレービスケット	牛乳 おまんじゅう
14	土	モーニングロールパン	和風スパゲティ ごぼうサラダ オレンジ コーンスープ	牛乳 ふかし芋	牛乳 ミニえびまるせん
16	月	ご飯	さばの味噌煮 ひじきのサラダ パイナップル 卵スープ	牛乳 野菜スティック	牛乳 ★大学芋
17	火	(お誕生会) うさぎさんランチ 野菜の牛肉巻き ミニトマト みかん すまし汁		牛乳 バナナ	牛乳 ワッフル
18	水	ご飯	さわらの照り焼き れんこんのツナマヨサラダ いちご きこの味噌汁	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★ザクザククッキー
19	木	ご飯	白身魚の利休焼き 小松菜のナムル 納豆 りんご さつまい	牛乳 チーズ	牛乳 ★カルピスゼリー
20	金	カレーライス	チキンカレー スティックサラダ パイン缶 豆腐のスープ	牛乳 海藻スナック	牛乳 丸ポーロ
21	土	食パン	長崎ちゃんぽん エビしゅうまい 大豆の煮物 キウイ	牛乳 ★りんごマフィン	牛乳 ひとくちしょうゆせん
23	月	ご飯	サバの蒲焼 白菜の白和え もも缶 キャベツの味噌汁	牛乳 ウエハース	牛乳 ★もちもちドーナツ
24	火	ご飯	唐揚げ 納豆の中華和え パイナップル 野菜スープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★フルーツサンド
25	水	(世界の料理) ★-中国-★ チャーハン 春巻き ミニトマト みかん 春雨中華スープ		牛乳 ミルクスティック	牛乳 ★杏仁豆腐
26	木	ご飯	さわらのムニエル マカロニサラダ オレンジ ポトフ	牛乳 かにぼんせん	牛乳 ★スティックパイ
27	金	ご飯	中華丼 かぼちゃのホクホク焼き いちご 豆腐のスープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳 クリームまんじゅう
28	土	食パン	仲良しうどん シャウエッセン ほうれん草のソテー オレンジ	牛乳 ★ふかし芋	牛乳 コーンスナック
30	月	ご飯	魚のタルタルソースかけ ほうれん草のピーナツ和え パイン缶 白菜の味噌汁	牛乳 エビせんべい	牛乳 ★さつまいも蒸しパン
31	火	わかめおにぎり	おでん チーズキャッチ ミニゼリー みかん	牛乳 バナナ	牛乳 ★クレープ

※都合により献立を変更する場合があります ★印は手作りおやつです
 アレルゲン(卵・乳製品・小麦・えび他)を含む場合は、完全除去食または代替え給食で対応します。



やまだこども園の大人気メニュー
 ☆納豆の中華和え☆

〈材料〉	ひきわり納豆 3パック	〈作り方〉	①人参はすりおろす。玉ねぎはみじん切り。ほうれん草は茹でて食べやすい大きさに切る。
	鶏ひき肉 50g		②フライパンにごま油を熱して、鶏ひき肉と人参、玉ねぎを炒めます。火が通ったらしょうゆとみりんで味付けて粗熱を取っておきます。
	人参 1/4本		③ボウルに納豆(タレも)とほうれん草、②を入れて混ぜたら完成です!
	玉ねぎ 1/4個		
	ほうれん草 1/2束		
	ごま油 小さじ2		
	しょうゆ 小さじ1		
	みりん 小さじ1		

☆多たっぶりのごま油で炒めることがポイントです。
 やまだこども園の給食の中で、一番レシピを知りたいと言われることが多い、大人気のメニューです。

