

日	曜	主 食	副 食		お や つ	
			共	通	午前(未満児)	午後(共通)
1	金	カレーライス	ビーフカレー スティックサラダ 梨 豆腐のスープ		牛乳 ポテトチップス	牛乳 ★りんごケーキ
2	土	食パン	親子うどん チキンナゲット 人参きんぴら パイナップル		牛乳 ★芋かりんとう	牛乳 小袋菓子
4	月	ご飯	さんまの唐揚げ 南瓜とツナのサラダ 巨峰 わかめの味噌汁		牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 ★白玉ぜんざい
5	火	(お誕生会) 三角寿司	メンチカツ ブロッコリーのピーナツ和え みかん 南瓜のポターージュ		牛乳 バナナ	牛乳★スキムパンナコッタ
6	水	ご飯	鶏肉のカレー風味 マカロニサラダ キウイ すり身スープ		牛乳 きなこおかき	牛乳 ★フルーツポンチ
7	木	ご飯	さばの竜田揚げ ワカメと大根の酢の物 メロン えのきスープ		牛乳 カットチーズ	牛乳 ★芋かりんとう
8	金	ご飯	牛丼 浅漬野菜スティック もも缶 豆腐のスープ		牛乳 小魚スナック	牛乳 ヨーグルト
9	土	モーニングロールパン	ひじき麺 ウィンナーのカレーケチャップ ブロッコリー 梨		牛乳 ★マフィン	牛乳 小袋菓子
11	月	ご飯	魚のカラフル焼き ほうれん草のアーモンド和え みかん 厚揚げの味噌汁		牛乳 カステラ	牛乳 ★あべかわ団子
12	火	にんじんご飯	大豆入り茶碗蒸し シャウエッセン パイナップル アスパラ ミニトマト		牛乳 バナナ	牛乳 ★米粉かりんとう
13	水	ご飯	すり身とひじきのフワフワ揚げ あっさりサラダ 巨峰 つみれ汁		牛乳 ミルクスティック	牛乳 ★りんごパイ
14	木	ご飯	魚の塩麹焼き 春雨の酢の物 キウイ もやしスープ		牛乳 のりあられ	牛乳 ★ピザ風パン
15	金	カレーライス	なすのキーマカレー スティックサラダ もも缶 豆腐のスープ		牛乳 ミニゼリー	牛乳 おまんじゅう
16	土	食パン	チビッコラーメン 煮豆 トマト チキンナゲット		牛乳 ★りんごケーキ	牛乳 小袋菓子
18	月	ご飯	さばの味噌煮 コロコロサラダ みかん缶 卵とじスープ		牛乳 野菜スティック	牛乳 ★人参パンケーキ
19	火	ご飯	肉じゃが 納豆 マスカット そうめんスープ		牛乳 バナナ	牛乳 ★ラスク
20	水	ご飯	五目きんぴら 卵焼き ミニトマト ミニゼリー 豆腐の味噌汁		牛乳 カル鉄スティック	牛乳★もちもちドーナツ
21	木	ご飯	魚のフライ ブロッコリーのおかか和え りんご えのきスープ		牛乳 枝豆	牛乳 ★大学芋
22	金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ もも缶 豆腐のスープ		牛乳 ほしのせんべい	牛乳 丸ボーロ
23	土	<b>わくわくフェスティバル</b>				
25	月	ご飯	鮭のカレー風味ムニエル 三色サラダ パイナップル 卵スープ		牛乳 せんべい	牛乳 ★豆花
26	火	ご飯	鶏肉のケチャップソテー じゃが芋の塩昆布サラダ キウイ 茄子の味噌汁		牛乳 バナナ	牛乳 ★フルーツゼリー
27	水	ご飯	白身魚の利休焼き 人参きんぴら りんご ホワイトシチュー		牛乳 ひじきスティック	牛乳★フレンチトースト
28	木	わかめおにぎり	おでん みかん ミニゼリー チーズキャッチ		牛乳 チーズクラッカー	牛乳 ★いきなり団子
29	金	ご飯	三色丼 かぼちゃのホクホク焼き もも缶 豆腐のスープ		牛乳 ビスケット	牛乳 肉まん
30	土	ゆかりおにぎり	スパゲティミートソース 野菜コロケ 枝豆 果物缶 コーンスープ		牛乳 ★ふかし芋	牛乳 小袋菓子

23日(土) わくわくフェスティバル(予定)  
(雨天時は30日(土)に延期します)

※都合により献立を変更する場合があります

### 献立紹介……★もちもちドーナツ★(20日 おやつ)



＜材料＞

- ・白玉粉 100g
- ・ホットケーキミックス 50g
- ・砂糖 25g
- ・ヨーグルト 約110g

☆アイシング☆

- ・粉砂糖 60g
  - ・牛乳 15cc
  - ・はちみつ 7g
- 合わせておく

★－作り方－★

- ① 白玉粉を手でくずし、ホットケーキミックス・砂糖をいっしょに混ぜる
- ② ヨーグルトを少しずつ入れて混ぜ合わせる
- ③ 団子くらいの硬さになったら、形を作ってクッキングシートにのせる
- ④ シートごと低温の油(160～170℃)に入れる
- ⑤ 裏返したらシートを取り、こまめに返しながらかける
- ⑥ ☆の液につけて完成♡