




社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児のみ） 午後おやつ（未満児・以上児）
1 （土）	ねぎ塩豚丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・キャベツ・酒・醤油・鶏がら・レモン果汁・片栗粉・ごま油 大根・油揚げ・わかめ・味噌 バナナ	スティックビスケット おやつ
3 （月）	黒糖食パン ミートオムレツ ごぼうサラダ スープ バナナ	黒糖食パン 卵・ほうれん草・しめじ・玉葱・人参・バター・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・塩・こしょう・砂糖・中濃ソース ごぼう・切干大根・キャベツ・薄口醤油・酢・砂糖・油・すりごま じゃが芋・人参・大根・コンソメ・パセリ バナナ	チーズ 梅おかかおにぎり （米・梅干し・かつお節）
4 （火）	ごはん 厚揚げの味噌炒め 和え物 すまし汁 梨	米 厚揚げ・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・味噌・醤油・油 ほうれん草・きゅうり・もやし・ツナ・醤油 麴・椎茸・玉葱・みつば・塩・薄口醤油 梨	ごまポッキー 紅茶ボーロ （小麦粉・無塩バター・砂糖・紅茶・油）
5 （水）	ごはん 鶏のレモン焼き 切干大根の煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・葱・レモン果汁・塩・薄口醤油・酒 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口醤油・醤油・砂糖 さつまいも・板こんにゃく・もやし・わかめ・味噌 バナナ	スティックビスケット チーズ蒸しパン （ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・ダースカットチーズ）
6 （木）	ごはん 豚肉とキャベツのごま炒め 梅和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・おろし生姜・ボン酢・砂糖・すりごま・塩・ごま油 ほうれん草・もやし・きゅうり・梅干し・砂糖・醤油 ごぼう・油揚げ・人参・葱・味噌 オレンジ	たまごボーロ ピーチパイ （パイ・グラニュー糖・もも缶）
7 （金）	ごはん 魚の昆布あんかけ 和え物 味噌汁 梨	米 かれい・片栗粉・揚げ油・塩昆布・葱・酒・みりん・薄口醤油・片栗粉 キャベツ・人参・ひじき・すりごま・醤油 肉団子・しめじ・玉葱・みつば・味噌 梨	プルーン 大学芋 （さつまいも・黒ごま・砂糖・醤油・揚げ油）
8 （土）	中華丼 スープ オレンジ	米・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・干し椎茸・鶏がら・薄口醤油・塩・片栗粉・ごま油 大根・もやし・わかめ・コーン・鶏がら オレンジ	スティックビスケット おやつ
10 （月）	 スポーツの日（祝日休園） 		
11 （火）	ごはん 五目麻婆 サラダ スープ りんご	米 豚肉・大豆・玉葱・人参・葱・干し椎茸・おろしにんにく・おろし生姜・砂糖・酒・醤油・味噌・テンメシジャン・片栗粉・ごま油 キャベツ・きゅうり・人参・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油・ごま 肉団子・ニラ・玉葱・えのき・鶏がら りんご	ごまポッキー 焼きそば （焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・しめじ・コーン・青梗菜・ 焼きそばソース）
12 （水）	ごはん かれいのバター醤油焼き 煮浸し 味噌汁 バナナ	米 かれい・酒・みりん・砂糖・醤油・バター 小松菜・しめじ・切干大根・酒・みりん・醤油 豆腐・もやし・人参・葱・味噌 バナナ	プルーン ごまクッキー （小麦粉・無塩バター・砂糖・BP・卵・油・ごま・ 黒ごま）
13 （木）	★誕生会 きのこごはん かき揚げ ゆかり和え 味噌汁 柿	米・しめじ・えのき・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油 豚肉・玉葱・ごぼう・しそ・卵・小麦粉・薄口醤油・塩・酒・揚げ油 キャベツ・もやし・人参・ゆかり 卵・大根・しらたき・みつば・味噌 柿	チーズ クラッカーサンド （クラッカー・マーマレード）
14 （金）	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・おろし生姜 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 キャベツ・なめこ・麴・味噌 バナナ	スティックビスケット もちもちいちごジャムパン （白玉団子の粉・いちごジャム・油・牛乳・砂糖）
15 （土）	わかめうどん 和え物 オレンジ	ゆでうどん・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・わかめ・砂糖・みりん・塩・醤油・葱 切干大根・キャベツ・きゅうり・ツナ・醤油 オレンジ	ごまポッキー おやつ
17 （月）	 お弁当の日  必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。		スティックビスケット ほろほろクッキー （小麦粉・コーンスターチ・砂糖・無塩バター・粉糖）
18 （火）	カレーピラフ ミートローフ サラダ スープ 梨	米・ミックスベジタブル・豚挽肉・カレー粉・コンソメ・塩 豚挽肉・豆腐・玉葱・ひじき・塩・片栗粉・ケチャップ・ウスターソース ごぼう・小松菜・ハム・薄口醤油・酢・砂糖・油 キャベツ・人参・玉葱・コンソメ 梨	プルーン さつまいももち （さつまいも・バター・砂糖・片栗粉）

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児のみ） 午後おやつ（未満児・以上児）
19 （水）	ごはん 揚げ出し豆腐 酢の物 味噌汁 柿	米 豆腐・片栗粉・揚げ油・塩昆布・みりん・薄口醤油・酒・片栗粉 きゅうり・もやし・大根・酢・砂糖・薄口醤油・すりごま さつまいも・えのき・麩・葱・味噌 柿	スティックビスケット レモンラスク （食パン・マーガリン・グラニュー糖・レモン果汁）
20 （木）	ごはん 鶏の味噌焼き きんぴらごぼう すまし汁 りんご	米 鶏肉・味噌・醤油・みりん・酒 ごぼう・人参・しらたき・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま 肉団子・もやし・人参・みつば・塩・薄口醤油 りんご	チーズ バナナドーナツ （ホットケーキ粉・絹ごし豆腐・卵・バナナ・揚げ油・粉糖）
21 （金）	ハヤシライス コロコロサラダ チーズ 梨	米・牛肉・人参・コーン・玉葱・ハヤシルウ・油 大根・きゅうり・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 スティックチーズ 梨	たまごボーロ おからクッキー （おから・卵・無塩バター・砂糖・小麦粉）
22 （土）	生姜ごはん 和え物 豚汁 オレンジ	米・生姜・油揚げ・ひじき・酒・みりん・砂糖・薄口醤油 切干大根・キャベツ・もやし・ツナ・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・板こんにゃく・葱・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
24 （月）	塩ラーメン サラダ ゆで卵 バナナ	中華麺・焼豚・玉葱・人参・もやし・コーン・葱・中華だし・酒・塩・薄口醤油・ごま油 キャベツ・ちくわ・きゅうり・もみのり・醤油・ごま・ごま油 卵・塩 バナナ	スティックビスケット ツナおにぎり （米・ツナ・醤油・砂糖・みりん）
25 （火）	ごはん 鶏の梅しそ焼き 納豆和え 味噌汁 柿	米 鶏肉・梅干し・しそ・酒・みりん・砂糖・醤油 ほうれん草・もやし・人参・納豆・醤油 じゃが芋・椎茸・ごぼう・みつば・味噌 柿	たまごボーロ マカロニきな粉 （マカロニ・きな粉・砂糖・塩）
26 （水）	ごはん 豚肉とごぼうのしぐれ煮 ひじきとツナの炒め物 味噌汁 りんご	米 豚肉・ごぼう・人参・しらたき・おろし生姜・酒・砂糖・醤油・油 ひじき・小松菜・コーン・ツナ・醤油・砂糖・みりん・ごま油 キャベツ・肉団子・しめじ・味噌 りんご	ごまポッキー お好み焼き （小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・焼きそば麺・お好みソース）
27 （木）	ごはん レバーと鶏肉の甘辛煮 なめたけ和え 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・揚げ油・砂糖・みりん・酒・醤油 きゅうり・キャベツ・ちくわ・なめたけ・醤油 玉葱・しらたき・生揚げ・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット 小倉団子 （白玉団子の粉・絹ごし豆腐・ゆであずき）
28 （金）	ごはん さばのにんにく醤油焼き もみのり和え 味噌汁 柿	米 さば・おろしにんにく・酒・砂糖・醤油 ほうれん草・もやし・ハム・もみのり・醤油 人参・油揚げ・板こんにゃく・葱・味噌 柿	チーズ プリン（卵不使用）
29 （土）	なかよし運動会		
31 （月）	豚そぼろ丼 酢の物 味噌汁 りんご	米・豚挽肉・グリーンピース・玉葱・椎茸・醤油・みりん・酒・砂糖・薄口醤油・片栗粉・油 きゅうり・もやし・キャベツ・酢・砂糖・薄口醤油 ごぼう・しらたき・麩・葱・味噌 りんご	スティックビスケット かぼちゃモンブラン （かぼちゃ・無塩バター・砂糖・牛乳）

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつの時に牛乳を提供しています。
※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい。