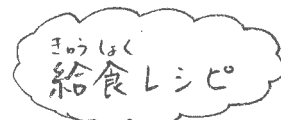




	献立名	食品名	おやつ
1日 (水)	鮭のごま照り焼き きゅうり漬 みそ汁	鮭 薄力粉 ごま きゅうり ごま油 さつまいも 白菜 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
2日 (木)	ハヤシライス 大根・サラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ 大根 にんじん きゅうり コーン ピザ	ホットケーキ 牛乳・いりこ
3日 (金)			
4日 (土)			
6日 (月)			
7日 (火)	焼そば ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ もやし にんじん ピーマン 青のり じゃがいも きゅうり にんじん ロースハム コーン りんご マヨネーズ	おむすび 牛乳・いりこ
8日 (水)	さばのカレー煮 キャベツのごまあえ みそ汁	さばしょうが カレールウ キャベツ にんじん ごま 絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	豆乳もち お茶・いりこ
9日 (木)	ポークビーンズ 海藻サラダ	豚肉 大豆 たまねぎ キャベツ にんじん パセリトマト 缶詰 鶏ガラ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	クッキー 牛乳・いりこ
10日 (金)	たまごサンド 鶏の唐揚げ サラダ やさいスープ	食パン たまご マヨネーズ 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 レタス きゅうり ミニトマト ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん えのきだけ コンソメ	バースデーケーキ 牛乳・いりこ
11日 (土)	チャプチェ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油 塩	おかし 牛乳・いりこ
13日 (月)	親子丼 小松菜のおひたし	たまご 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	りんごゼリー おかし
14日 (火)	ラーメン ギョーザ きゅうり漬	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水煮タノコ ねぎ 鶏がら ぎょうざ きゅうり ごま油	ごへいもち 牛乳・いりこ
15日 (水)	鮭の照焼 煮豆 みそ汁	うずら豆 たまねぎ 油揚げ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	チヂミ 牛乳・いりこ
16日 (木)	肉じゃが ほうれんそうのいそべあえ	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく ほうれんそう にんじん 油揚げ 焼きのり	バナナケーキ 牛乳・いりこ
17日 (金)	とんかつ ひじきの炒り煮 みそ汁	豚肩ロース 薄力粉 たまご パン粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ 大根 えのきだけ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	きなこだんご 牛乳・いりこ
18日 (土)	ロールパン やさいサラダ ミートボールスープ	ロールパン レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
20日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん たら ねぎ 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ 鶏むね肉 きゅうり にんじん ごま ごま油	ピザトースト 牛乳・いりこ
21日 (火)	天ぷらうどん きゅうりの酢の物	うどん 竹輪 たまねぎ にんじん さつまいも みつば 薄力粉 タゴ ねぎ 煮干し きゅうり わかめ ちりめんじゃこ ごま	ヨーグルト おかし
22日 (水)	鯖の照焼 キャベツのおいかたえ かき玉汁	さば キャベツ かつおぶし たまご たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	蒸しパン 牛乳・いりこ
23日 (木)	ビビンバ わかめ汁	牛肉 ほうれんそう 大根 大豆もやし 水煮ぜんまい ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し	ウインナーフリッター 牛乳・いりこ
24日 (金)	おやこんそく 親子遠足		
25日 (土)	ごまロール マカロニサラダ ビーフシチュー	ごまロール マカロニ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
27日 (月)	三色丼 すまし汁	鶏ひき肉 たまご ほうれんそう 大根 にんじん きぬさや ねぎ 煮干し	マフィン 牛乳・いりこ
28日 (火)	わかめごはん メンタイのフライ 筑前煮 キャベツのごまあえ	はいが精米 わかめ メンタイ 薄力粉 たまご パン粉 鶏もも肉 大根 水煮タノコ にんじん レンコンゴボウ こんにゃく 干しいたけ いんげん キャベツ にんじん ごま	ラスク 牛乳・いりこ
29日 (水)	鶏肉の塩こうじ焼き 切干大根の炒め煮 みそ汁	鶏もも肉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 絹ごし豆腐 わかめ なめこ ねぎ 麦みそ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
30日 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん 缶詰 バイタル缶詰	ホットケーキ 牛乳・いりこ
31日 (金)	揚げ鶏の南蛮漬 けんちん汁	鶏もも肉 かたくり粉 たまねぎ にんじん ピーマン ゴボウ しめじ シタケ 木綿豆腐 大根 にんじん ねぎ 煮干し ごま油	みかんゼリー おかし

スケジュール

ほごしちかひ  
11日(土) 保護者総会  
おやこんそく  
24日(金) 親子遠足



とうりゅう  
豆乳もち

材料

- とうりゅう 豆乳 200ml
- かたくりこ 片栗粉 25g
- きび砂糖 15g
- くろみつ 黒みつ 25g
- こいす 水 20ml
- きなこ 適量

作り方

- 鍋に(A)を入れ、火にかける
- ふると固まるまで、しっかり混ぜながら火にかける
- バットなどに移して冷ます
- 別の鍋に黒みつと水を入れ、火にかけて黒みつを作る
- (3)が冷めたら食べやすい大きさに切り、(4)ときなこをかける