

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
<p>今年度も子どもたちが園での食事が楽しみになるよう、心も温まる食事を作っていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。</p> <p>『パースデーメニュー』 たいようの子どもたちには、お誕生日の日に本人がリクエストしたメニューを全園児でいただきます。</p>											
<p>今年度は毎月、日本各地の料理を子どもたちに紹介していこうと思ひます。いろいろな地域で採れる食材や、味付け、由来や特徴などを、知ってもらおうと献立に取り入れていきます。</p> <p>子どもたちが大好きな『クープイリチー』、沖縄県の郷土料理でよく耳にする“イリチー”は炒め煮のことを指し、乾物や根菜類などを炒めてから味を含ませるように煮込んだ料理のことです。</p> <p>宮崎県のざぶ汁は根菜類を主な具としていろいろな食材を「ざぶざぶ」と煮ることから名前が付いたといわれます。だしが効いた具だくさんの汁物です。煮干しでとったお出汁で、いつもと違う味を楽しみにしてほしいです。</p>											
1 入園式											

3 藤澤こうせいくんbirthdayリクエストメニュー		4		5 シークレットドーナツ♪		6 日本ぐるり ごはんの旅♪(沖縄県)		7 たいよう いちごジャムクッキング		8	
胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	そぼろ丼	米 鶏ひき肉 油 しょうが しょうゆ 砂糖 たまねぎ にんじん しじみ	胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	カレーうどん	干しうどん 豚肉 たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ かつおだし汁 カレールウ しょうゆ 砂糖 食塩 片栗粉
鶏肉のから揚げ	鶏もも しょうゆ しょうが にんにく 片栗粉 油	鮭のみそマヨ焼き	さけ みそ マヨネーズ	ココロコサラダ	じゃがいも ウィンナー きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 食塩	クープイリチー (沖縄県)	豚肉 切り干しだいこん にんじん 刻み昆布 しょうゆ 砂糖 かつおだし汁	ポークチャップ	豚肉 たまねぎ にんにく 油 ケチャップ 中濃ソース 砂糖 しょうゆ コンソメ	キャベツとツナのサラダ	キャベツ もやし ツナ コーン 食塩 マヨネーズ
ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー きゅうり ちくわ にんじん マヨネーズ 食塩	大根とじゃがいものそぼろ煮	だいこん じゃがいも にんじん 豚ひき肉 かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉	みそ汁	はくさい たまねぎ 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	春キャベツのナムル	キャベツ きゅうり ハム ごま油 ごま 食塩	小松菜とコーンの和え物	ごまつな キャベツ にんじん コーン しょうゆ 砂糖	オレンジ	オレンジ
スープ	わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩	みそ汁	キャベツ たまねぎ 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	オレンジ	オレンジ	みそ汁	じゃがいも たまねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	けんちん汁	だいこん にんじん ごぼう 木綿豆腐 油揚げ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩		
ココア蒸しパン	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 ココア	フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 バイン缶 パナナ 砂糖	ドーナツ	ホットケーキ粉 木綿豆腐 砂糖 油 牛乳	麩のきな粉ラスク	焼心 きな粉 砂糖 バター	いちごジャムサンド	食パン いちご グラニュー糖	五平餅	米 もち米 水 みそ 砂糖 すりごま しょうゆ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
10		11		12		13 野村しほちゃんbirthdayリクエストメニュー		14 日本ぐるり ごはんの旅♪(宮崎県)		15	
胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	たけのこご飯	米 たけのこ しょうゆ 砂糖 昆布だし汁 食塩	ミートスパゲッティ	スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん にんにく トマト缶 ケチャップ 砂糖 ウスターソース コンソメ オリーブ油	胚芽入りご飯	米 胚芽米	ブルコギ丼	米 豚肉 たまねぎ にんじん たら にんにく ごま油 ごま しょうゆ 砂糖 片栗粉 みそ
かれいの香味焼き	かれい ごま油 しょうゆ 砂糖 ねぎ	鶏肉の照り焼き	鶏もも 片栗粉 油 しょうゆ 砂糖	さわらのポテト焼き	さわら 食塩 こしょう 片栗粉 油 じゃがいも たまねぎ マヨネーズ 食塩	ブロッコリーとチーズのサラダ	ブロッコリー きゅうり チーズ ウィンナー マヨネーズ 食塩	チキン南蛮(宮崎県)	鶏むね 食塩 こしょう 砂糖 小麦粉 油 卵 たまねぎ マヨネーズ 食塩 パセリ粉	スープ	はくさい コーン たまねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩
ひじきの煮物	ひじき 油揚げ にんじん きぬさや 板こんにやく ゆで大豆 しょうゆ 砂糖 かつおだし汁	れんこんのきんぴら	れんこん にんじん 糸こんにやく きぬさや ごま油 しょうゆ 砂糖 ごま	アスパラのごま和え	キャベツ アスパラガス ちくわ 砂糖 しょうゆ ごま	コーンスープ	クリームコーン コーン たまねぎ 牛乳 コンソメ 食塩 水 パセリ粉	フレンチサラダ	キャベツ きゅうり にんじん ツナ 酢 砂糖 オリーブ油 食塩 こしょう	オレンジ	オレンジ
みそ汁	かぼちゃ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	みそ汁	ごまつな たまねぎ えのき かつお・昆布だし汁 みそ	すまし汁	絹ごし豆腐 はくさい しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	みのり いちごジャムクッキング		ざぶ汁(宮崎県)	干しいたけ にんじん ごぼう かぼちゃ だいこん かまぼこ 生揚げ ねぎ 煮干しだし汁 昆布だし汁 しょうゆ 砂糖		
フライドポテト	じゃがいも 食塩 油	きなこ揚げパン	ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩	のりじゃこトースト	食パン しらす干し 焼きのり マヨネーズ チーズ	いちごソースのパンケーキ	ホットケーキ粉 牛乳 無塩バター いちご 砂糖	フルーツゼリー	ゼラチン 水 砂糖 みかん缶 パナナ いちご もも缶	チーズマフィン	ホットケーキ粉 牛乳 砂糖 無塩バター チーズ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
17 入園・進級のお祝いメニュー		18		19		20 はなめ いちごジャムクッキング		21		22	
鯛めし	米 たい 食塩 昆布だし汁	サンドイッチ	食パン いちごジャム ツナ マヨネーズ 食塩 こしょう 卵 ハム スライスチーズ きゅうり	胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	ハヤシライス	米 豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ 油 ハヤシルウ ケチャップ	焼き豚チャーハン	米 焼き豚 たまねぎ ひじき にんじん ビーマン ごま油 しょうゆ 鶏ガラスープ にんにく
春野菜の和え物	アスパラガス キャベツ 卵 しょうゆ 砂糖	クリームコーンスープ	クリームコーン コーン たまねぎ キャベツ 油 水 コンソメ 牛乳 食塩 片栗粉 パセリ粉	肉じゃが	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しらたき たら かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖	チンジャオロース	豚肉 ビーマン たけのこ にんにく しょうが 鶏ガラスープ しょうゆ 砂糖 片栗粉	スナップエンドウ・チーズ	スナップエンドウ・チーズ	中華スープ	たまねぎ チンゲンサイ 絹ごし豆腐 油 水 鶏ガラスープ 食塩
すまし汁	焼心 みずな しょうゆ 食塩 かつお・昆布だし汁	バナナ	バナナ	白菜のおかか和え	はくさい にんじん ちくわ しょうゆ 砂糖 かつお節	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 もやし にんじん ごま しょうゆ 砂糖	ブロッコリーのじゃこ和え	ブロッコリー ちりめんじゃこ オリーブ油 食塩	オレンジ	オレンジ
いちご	いちご			みそ汁	わかめ たまねぎ 焼心 かつお・昆布だし汁 みそ	中華コーンスープ	クリームコーン しいたけ にんじん 卵 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉 ねぎ	オレンジ	オレンジ		
ストロベリーカップケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 無塩バター いちごジャム 練乳 食塩	じゃこおにぎり	米 しらす干し にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖 昆布だし汁	どら焼き	ホットケーキ粉 卵 牛乳 こしあん	いちごジャムトースト	食パン バター グラニュー糖 いちご	かぼちゃロールパイ	パイシート かぼちゃ 砂糖	ココアラスク	フランスパン 砂糖 無塩バター ココア
牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
24		25		26 シークレットハンバーグ♪		27 柴田めいちゃんbirthdayリクエストメニュー		28 子どもの日メニュー		29	
胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	ロールパン	ロールパン	胚芽入りご飯	米 胚芽米	こいのぼりライス	米 鶏もも たまねぎ にんじん ケチャップ 塩 グリンピース ウィンナー チーズ		
ぶりの照り焼き	ぶり 砂糖 しょうゆ かつお・昆布だし汁	回鍋肉	豚肉 にんじん キャベツ ビーマン 赤みそ みそ 砂糖 しょうゆ	ハンバーグ	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ こしょう 食塩 パン粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖	鮭フライ	さけ 小麦粉 パン粉 油 食塩 こしょう ケチャップ ウスターソース	ミモザサラダ	ブロッコリー アスパラガス 卵 オリーブ油 食塩 こしょう 砂糖 酢		
キャベツのマヨあえ	キャベツ にんじん ちくわ ごま マヨネーズ しょうゆ	チンゲン菜ののり和え	チンゲンサイ もやし きゅうり しょうゆ 食塩 焼きのり	マカロニサラダ	マカロニ ツナ きゅうり キャベツ にんじん マヨネーズ 食塩 こしょう	切り干し大根の梅あえ	切り干しだいこん にんじん きゅうり うめ干し 砂糖 しょうゆ かつお節	春キャベツのミルクスープ	キャベツ たまねぎ コーン コンソメ 食塩 パーコン パセリ粉 牛乳 バター		
みそ汁	さつまいも たまねぎ えのき ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	中華スープ	たら たまねぎ 鶏ガラスープ 食塩 しょうゆ 片栗粉	スープ	ウィンナー たまねぎ コーン コンソメ 食塩 こしょう パセリ粉	すまし汁	焼心 たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	いちご	いちご		
きつねうどん	干しうどん 油揚げ しょうゆ 砂糖 ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖 食塩	さつまいもスティック	さつまいも 油 食塩	おかかチーズおにぎり	米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩	マーマレードホイップサンド	食パン マーマレード 生クリーム	ちまき	(市販)		
麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		