

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
 筑前煮 野菜のピーナッツ和え 十六穀米（ゆかり） 《3時のおやつ》 ゼリー・ビスケット・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	心わらわミルクオムレツ きのこのカレーコンソメ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 おからのマドレーヌ・牛乳 <10時のおやつ> ウエハース・牛乳	麻婆豆腐 拌三絲 いりこ 十六穀米（わかめ） 《3時のおやつ》 牛乳かん・ミルク <10時のおやつ> 果物・牛乳	魚のマヨネーズ焼き 洋風けんちん汁 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 ジャムサンド・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	肉うどん じゃが芋のソテー 果物 《3時のおやつ》 ココナッツサブレ・牛乳 <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	
8	9	10	11	12	13
ハムエッグ 栄養すいとん いりこ 十六穀米（ごま塩） 《3時のおやつ》 ヨーグルト・バナナ・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳	ウィンナー入りクリームシチュー ツナサラダ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 パン粉クッキー・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	 《3時のおやつ》 せんべい・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	魚のオーロラソースかけ マカロニスープ 果物【セレクト】 十六穀米 《3時のおやつ》 抹茶スキムミルクケーキ・牛乳 <10時のおやつ> かりんとう・牛乳	豚肉と豆腐の旨煮 しらす入り酢の物 十六穀米（かつお節） ヤクルト 《3時のおやつ》 ビザトースト・ミルク <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	親子丼 もやしと若布のスープ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 黒樺・チーズ・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳
15	16	17	18	19	20
ポークチャップ 野菜サラダ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 ポップコーン・牛乳 <10時のおやつ> ビスケット・牛乳	竹輪の磯辺揚げ 春野菜入り豚汁 ミニトマト 十六穀米 《3時のおやつ》 チーズ入り蒸しパン・ミルク <10時のおやつ> 果物・牛乳	厚揚げの酢豚風 中華スープ 果物 十六穀米（しらす） 《3時のおやつ》 小倉白玉あんかけ・昆布・牛乳 <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	ポテトオムレツ アスパラスープ いりこ 十六穀米 《3時のおやつ》 ミニクリームパン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	魚のゴマ味噌焼き 野菜のチャンプルー 果物 十六穀米（ゆかり） 《3時のおやつ》 フルーツマフィン・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	メロンパン りんごジュース 《3時のおやつ》 _____ <10時のおやつ> ウエハース・牛乳
22	23	24	25	26	27
華風炒り豆腐 もやしの和え物 十六穀米（のり佃煮） ヤクルト 《3時のおやつ》 ウィンナードッグ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	ツナエッグ 鶏肉と野菜の具だくさんスープ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 はちみつ風味のカステラ・牛乳 <10時のおやつ> 黒樺・牛乳	ビーフカレー スパゲティサラダ 果物【セレクト】 十六穀米 《3時のおやつ》 豆乳くずもち・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	竹の子ご飯 魚の変わり西京焼き かき玉汁 胡瓜の昆布和え 《3時のおやつ》 いちごヨーグルトムース・ココアミルク <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳	豚肉とキャベツのゴママヨ炒め 田舎汁 いりこ 十六穀米（わかめ） 《3時のおやつ》 マーラカオ・ミルク <10時のおやつ> 果物・牛乳	しょう油ラーメン キャベツのベーコンソテー 果物 《3時のおやつ》 かりんとう・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳
29	30	園では食事の前に、次のようなあいさつをして給食をいただいています  （食前の言葉） み光りのもと われいま幸いに この清き食を受く いただきます			

**ご入園・ご進級 おめでとうございます**

子ども達は、新しくスタートする保育園生活に胸をときめかせていることでしょう。  
 2日から給食が始まります。  
 楽しい雰囲気の中で良い食習慣を身につけると共に、食べる事の大切さを知り食べ物への感謝の気持ちを養ってほしいと思います。

- 11日(木)・24日(水) セレクトメニュー（ゆり・すみれ）
- ※自分が選んだものを食べられる 楽しみを目的とします。
- 20日(土) 保育参観
- 25日(木) お誕生会
- 骨と歯を強くする為、週に一度“いりこ”を出しま

**スキムミルクを使っています**

栄養のバランスの向上をはかるため、料理の隠し味や3時のおやつ飲み物として栄養価の高いスキムミルクを取り入れています。