





材料の都合で献立が変更になることがあります。また、行事の都合でおやつの内容が変更になることがあります。ご了承ください。☆印は、手作りおやつです。

みよし市立保育園

日	曜	主 食	献 立 名 (牛乳は、毎日つきます)	3歳以上児(午後)	3歳未満児(午前)	
1	火	ごはん	ABCスーフ・ポテトサラダ(マヨネーズ)・チキンライス	りんごのヨーグルト	元気 野菜ミックス	
2	水	ごはん	家常豆腐・カリポリバンバンジー・蒸ししょうぶ	オレンジ	きなこおかし	
3	木	ごはん	ざくざく汁・彩りチーズ納豆・さばの塩焼き さばの骨に気をつけながら食べることで、魚の食べ方とはしの使い方を学びます。	畑のスタックカレー味	パイン缶	
4	金	ごはん	たまねぎのみそ汁・変わりきんぴら・五目厚焼たまご・アセロラゼリー	やさいかりんとう	じゃがいもおかし	
5	土	エッグ パン スパン	エッグパンスパン・マスカットゼリー		マスカットゼリー	
7	月	白玉うどん	白玉うどんのカレーあんかけ・ゆかりあえ・冷凍みかん・型抜きチーズ 	胚芽スティック	花せんべい	
8	火	ごはん	だんご汁・ほうれんそうのごまあえ・かれい竜田揚げ	カリポテトスナック	みかん缶	
9	水	コッペパン	さつまいものクリーム煮・イタリアンサラダ・ハンバーグのきのこソースかけ・ブルーベリージャム 	☆フルーツミックス	豆乳クッキー	
10	木	ごはん	わかめスーフ・もやしのナムル・豚肉とぜんまいの炒め物・プリン(卵抜き)	スイートポリコーン	ごぼうせんしょうゆ味	
11	金	ごはん	芋の子汁・お豆とひじきのサラダ(ドレッシング)・ちくわのしょうが揚げ	あずきクラッカー	野菜フチクッキー	
12	土	ハムロール パン	ハムロールパン・ヨーグルト		ヨーグルト	
14	月	体育の日				
15	火	ごはん	はくさいスーフ・野菜たっぷり糸こんにゃくチャフチェ・しゅうまい	ねじりん棒	胚芽クッキー	
16	水	ごはん	さといものみそ汁・チンゲンサイのあえもの・ごぼう入りつくね・フチゼリー(りんご)	☆ふかしいも	うす焼しょうゆせんべい	
17	木	クロロール	コーンスーフ・クルトンサラダ(クルトン、ドレッシング)・鶏肉の唐揚げ みよし市立三好丘中学校 ☆リクエスト献立☆	クラッカー	黄桃缶	
18	金	ごはん	ためき汁・五色あえ・さんまの南蛮漬 	ソファール(フレーン)	元気 のり巻あられ	
19	土	ウインナー ロールパン	ウインナーロールパン・プリン		プリン	
21	月	ソフトめん	ソフトめんのみートソースかけ・元気サラダ・いかフリッター・アーモンドフィッシュ	海藻スナック	ミニミレービスケット	
22	火	即位礼正殿の儀				
23	水	ごはん	みぞれ汁・磯香あえ・さばの銀紙焼き	ひこうきビスケット	☆ヨーグルトあえ	
24	木	ごはん	中華飯・華風あえ・春巻き	ほしのおせんべい	チーズ	
25	金	ごはん	じゃがいものそぼろ煮・まいたけごはん・いわしのしょうが煮 	誕生日会ケーキ	元気 野菜入りぞぶとせん	
26	土	ツナロール パン	ツナロールパン・マスカットゼリー		マスカットゼリー	
28	月	ごはん	けんちん汁・和風サラダ(ドレッシング)・豚丼	サフレ (コアラ・フレーン)	ウェハース	
29	火	ごはん	高野豆腐のうま煮・ゆず香あえ・レバーとじゃがいもの甘辛煮	あげまる	みかん缶	
30	水	コッペパン	野菜たっぷりカレー・ツナソテー・ミックスフルーツゼリー	ペアビスケットココア	こんぶあられ	
31	木	ごはん	きのこのみそ汁・ひじきと大豆の煮つけ・さつまいもコロケ	ポテトチップス	鉄入りたっぷりしらすくん	

☆今月は子供たちの楽しみにしている遠足があります。忙しく働くママ達にはお弁当作りたいへん!と思われるかもしれませんが、気分をなげず、子供の喜び顔を思い浮かべて作ってみましょう。流行のキャラ弁じゃなくても、均一ショップで売られているかわいいバラや楊枝などを活用すれば簡単に子供が喜ぶ演出ができますよ!何より衛生的に仕上げるのが一番のポイントです。作る前の手洗いはしっかりと忘れず、調理は十分に加熱をしましょう。

☆保育園のおやつは、自然の素材を原料に合成着色料・保存料・化学調味料等は使用していないものを使っています。子供たちの健康を考えたからにやさしいおやつです。