

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1 (水)	お休み							
2 (木)	お休み							
3 (金)	憲法記念日							
4 (土)	みどりの日							
6 (月)	こどもの日振り替え休日							
7 (火)	麦ごはん ポークカレー ツナとコーンのサラダ 小魚		半つき米、じゃがいも、小麦粉、三温糖、押麦、なたね油	牛乳、豚肉(もも)、ヨーグルト(無糖)、ツナ油漬缶、バター、鰯	たまねぎ、にんじん、キャベツ、だいこん、グリーンアスパラガス、コーン缶、福神漬、きゅうり	食酢(米酢)、中濃ソース、ケチャップ、食塩、スープストック、カレー粉	牛乳:おかき 牛乳 ヨーグルトの蒸しケーキ	エネルギー 570 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 16.1 g カルシウム 266 mg
8 (水)	麻婆丼 蒸し南瓜 みそ汁		半つき米、小麦粉、三温糖、なたね油、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、豆みそ	南瓜、葱、玉葱、人参、筍、若芽、グリーンピース、よもぎ、干し椎茸、にんにく	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、本みりん	でこぼん 牛乳 よもぎむしぱん	エネルギー 573 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 16.5 g カルシウム 262 mg
9 (木)	夕焼けおにぎり 鶏肉のBBQ焼き スナックえんどう ペイクドポテト		半つき米、じゃがいも、ビーフン、ごま油、なたね油、メープルシロップ	鶏もも肉(皮付き)、鶏ひき肉	にんじん、ブルーイン(乾)、スナックえんどう、緑豆もやし、にら、にんにく、桃	しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、ケチャップ、ワイン(白)、ウスターソース、食塩、こしょう	バナナ 番茶 汁ビーフン 乾燥プルーン	エネルギー 584 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 11.2 g カルシウム 234 mg
10 (金)	麦ごはん 煮魚 南瓜煮 卵の花煮		半つき米、小麦粉、さといも、三温糖、押麦、なたね油	牛乳、さわら、ヨーグルト(無糖)、バター、おから、油揚げ	南瓜、白菜、牛蒡、葱、人参、大根、干しぶどう、生姜、干し椎茸、絹さや	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)	ヨーグルト 牛乳 ミルクスコーン	エネルギー 595 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 17.1 g カルシウム 260 mg
11 (土)	フォーガ 豆苗ともやしのナムル チーズポテト		ビーフン、じゃがいも、強力粉、小麦粉、片栗粉、三温糖、ごま油、なたね油	牛乳(低脂肪)、つぶしあん(砂糖添加)、牛乳、豚肉(ばら)、粉チーズ、バター、ごま(乾)	もやし、人参、もやし、豆苗、白菜、葱、筍、椎茸、絹さや、レモン果汁	しょうゆ(うすくち)、食塩、ドライイースト、スープストック	ぶどうゼリー 牛乳 手作りあんぱん	エネルギー 550 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 15.5 g カルシウム 267 mg
13 (月)	麦ごはん じゃこ入り納豆 人参と隠元の胡麻和え 石狩汁		半つき米、小麦粉、じゃがいも、片栗粉、押麦、なたね油、三温糖	牛乳、納豆、さけ(塩)、淡色みそ、ごま、しらす干し、油揚げ、バター、かつお節	人参、玉葱、隠元、いちごジャム、葱、牛蒡、大根、キャベツ、焼きのり、レモン	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ、かつおだし汁	牛乳:ビスケット 牛乳 いちごジャムクッキー	エネルギー 561 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 17.0 g カルシウム 262 mg
14 (火)	トースト ポークビーンズ ポテトサラダ		食パン、半つき米、じゃがいも、なたね油、小麦粉、三温糖	牛乳、豚肉、いんげんまめ、バター、ベーコン、おから、生クリーム、いわし、かつお節	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、マッシュルーム、あおのり	本みりん、ケチャップ、食酢(米酢)、中濃ソース、スープストック、しょうゆ、食塩	でこぼん 牛乳: おからふりかけごはん	エネルギー 542 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 14.7 g カルシウム 236 mg
15 (水)	麦ごはん 鱈の香味焼き 野菜のおひたし 切り干し大根とベーコンの煮物		半つき米、小麦粉、じゃがいも、三温糖、粉糖、押麦、ごま油	牛乳(低脂肪)、あじ、卵、さけ(塩)、バター、アーモンド(乾)、ヨーグルト(無糖)、ベーコン、ごま	小松菜、人参、葱、大根、玉葱、もやし、コーン、切り干し大根、わけぎ、レモン、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、食塩	チーズ 牛乳: レモンケーキ	エネルギー 565 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 16.1 g カルシウム 305 mg
16 (木)	丸ぱん 焼きコロッケ にんじんのラペ アスパラのガーリックソテー		コッペパン、じゃがいも、半つき米、パン粉・生、小麦粉、片栗粉、オリーブ油、なたね油、三温糖	豚ひき肉、卵、干しえび、バター、ごま	人参、アスパラ、プルーン、玉葱、白菜、コーン、蕪、葱、もやし、レーズン、椎茸、にんにく、青のり、桃	中濃ソース、食酢(米酢)、スープストック、しょうゆ、食塩、こしょう	バナナ 番茶 桜エビと青のりのごはん 乾燥プルーン	エネルギー 557 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 10.8 g カルシウム 281 mg
17 (金)	小豆ごはん 卵焼き ひじき煮 さつまい		半つき米、もち米、さつまいも、三温糖、しらたき、なたね油	牛乳、卵、鶏むね肉(皮付き)、豆みそ、ベーコン、ささげ(乾)、油揚げ、大豆(ゆで)、黒ごま	牛蒡、人参、葱、大根、もやし、玉葱、ゆで、しいたけ、干しいたけ、ひじき	ワイン(白)、しょうゆ、スープストック、本みりん、食塩、しょうゆ(うすくち)、こしょう	でこぼん 牛乳 筍ピラフ	エネルギー 541 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 15.4 g カルシウム 241 mg

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
18 (土)	ごはん 肉じゃが 茹でブロッコリー みそ汁	半つき米、じゃがいも、しらたき、マヨネーズ、三温糖、焼ふ、なたね油	豚肉(もも)、豆みそ	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、わかめ(乾)	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん	バナナ ※ショア ひとくちおかき プチスティック	エネルギー 452 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 9.7 g カルシウム 253 mg
20 (月)	麦ごはん ポークハヤシ もやしのサラダ	半つき米、上新粉、三温糖、押麦、小麦粉、なたね油、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、豆乳、ハム、バター、ごま	玉葱、もやし、人参、いちごジャム、しめじ、胡瓜、マッシュルーム、グリーンピース、コーン、にんにく	ワイン、ケチャップ、中濃ソース、ウスターソース、しょうゆ、本みりん、米酢、食塩、こしょう	牛乳:クッキー 牛乳:ミルクチップ いちごの米粉 むしけーき	エネルギー 558 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 15.0 g カルシウム 207 mg
21 (火)	麦ごはん 蓮根入り豆腐ハンバーグ 粉ふき芋 のっぺい汁	半つき米、じゃがいも、小麦粉、さといも、三温糖、押麦、なたね油、パン粉、生、コーンスターチ	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、卵、ヨーグルト(無糖)、生揚げ、バター	にんじん、れんこん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ、だいこん、干しぶどう、なめこ、しいたけ	ケチャップ、中濃ソース、本みりん、ワイン、しょうゆ、食塩、シナモン、こしょう、ナツメグ	パイナップル 牛乳 人参ケーキ	エネルギー 559 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 17.7 g カルシウム 256 mg
22 (水)	麦ごはん 焼魚 酢みそ和え 切り干し大根の煮物	半つき米、三温糖、小麦粉、押麦、くず粉、白玉粉、なたね油	牛乳、さけ、豆みそ、淡色みそ、油揚げ	玉葱、南瓜、人参、キャベツ、わかめ、コーン、アスパラ、切り干し大根、干し椎茸	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食酢(米酢)、本みりん、食塩	ヨーグルト 牛乳 小豆のういろう	エネルギー 513 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 10.0 g カルシウム 219 mg
23 (木)	バターロール クリームシチュー 塩スパサラダ	ロールパン、じゃがいも、半つき米、スパゲティ、小麦粉、オリーブ油、なたね油	牛乳、豚ひき肉、鶏もも肉(皮付き)、ハム、生クリーム、バター	たまねぎ、コーン缶、ミニトマト、にんじん、マッシュルーム、きゅうり、キャベツ、ごぼう	食塩、スープストック、食酢(米酢)、カレー粉、こしょう	でこぼん 牛乳 カレー炊き込みごはん	エネルギー 537 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 20.1 g カルシウム 283 mg
24 (金)	三色ごはん しらすと野菜のおひたし もずくのすまし汁 乾燥プルーン	半つき米、小麦粉、黒砂糖、三温糖、はちみつ、なたね油	牛乳、卵、鶏ひき肉、しらす干し	人参、小松菜、ブルーベリー、えのき、もやし、もずく、葱、コーン、レーズン、絹さや	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、本みりん、かつおだし汁、食酢(米酢)、食塩	パイナップル 牛乳 黒糖むしけーき	エネルギー 538 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 13.5 g カルシウム 272 mg
25 (土)	ごはん 鶏肉の照り焼き 南瓜煮 茹でアスパラ	半つき米、さといも、マヨネーズ、三温糖、なたね油	牛乳、鶏むね肉(皮付き)、豆みそ、油揚げ	南瓜、アスパラ、白菜、牛蒡、人参、葱、大根、切り干し大根、にんにく、生姜、焼きのり	しょうゆ、本みりん、食酢(米酢)	ぶどうゼリー 牛乳 切り干し大根ごはん	エネルギー 551 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 15.2 g カルシウム 200 mg
27 (月)	元気納豆ごはん 胡麻酢和え いも煮汁	半つき米、小麦粉、さといも、三温糖、板こんにやく、強力粉、なたね油	牛乳、納豆、豚肉(もも)、豆みそ、バター、ごま、生揚げ、しらす干し、かつお節	人参、南瓜、隠元、葱、大根、牛蒡、蕪、コーン、オクラ、しめじ、焼きのり	しょうゆ、食酢(米酢)、ほんだし、食塩	牛乳: プチスティック 牛乳 かぼちゃのスコーン	エネルギー 541 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 17.4 g カルシウム 255 mg
28 (火)	トースト ポークシチュー ひよこ豆のサラダ	食パン、半つき米、小麦粉、オリーブ油、なたね油、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、バター、ひよこめ(乾)、ツナ水煮缶、チーズ、生クリーム	玉葱、人参、マッシュルーム、トマト、コーン、グリーンピース、パプリカ、にんにく、わかめ	ワイン(赤)、ケチャップ、ウスターソース、食酢(米酢)、食塩、パセリ粉	チーズ 牛乳 わかめとコーンの炊き込みごはん	エネルギー 529 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 17.5 g カルシウム 207 mg
29 (水)	麦ごはん 鱈の塩焼き かぶのレモン和え 野菜のおひたし	半つき米、小麦粉、じゃがいも、三温糖、はちみつ、押麦、なたね油	牛乳、あじ、バター、卵、豆みそ、豚肉(もも)、アーモンド(乾)	小松菜、かぶ、人参、牛蒡、胡瓜、葱、大根、もやし、コーン、レーズン、レモン	かつおだし汁、しょうゆ、食塩、ほんだし	パイナップル 牛乳 人参と蜂蜜のケーキ	エネルギー 581 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 21.4 g カルシウム 274 mg
30 (木)	豚丼 胡麻酢和え ちゃんこ汁	半つき米、しらたき、三温糖、なたね油、はちみつ	牛乳、豚肉(肩)、木綿豆腐、油揚げ、鶏肉(胸皮なし)、ごま	玉葱、人参、南瓜、えのき、コーン、隠元、白菜、大根、葱、もやし、蕪、絹さや、塩昆布、生姜	しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食酢(米酢)、食塩	でこぼん 牛乳 南瓜とコーンの炊き込みごはん	エネルギー 526 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 15.0 g カルシウム 252 mg
31 (金)	麦ごはん 厚揚げのそぼろ煮 南瓜煮 沢煮椀	半つき米、小麦粉、三温糖、押麦、片栗粉、なたね油	牛乳(低脂肪)、生揚げ、豚ひき肉、牛乳、卵、豚肉(ばら)、ヨーグルト(無糖)、バター	かぼちゃ、バナナ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、ごぼう、グリーンピース、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	パイナップル 牛乳 ココアバナナケーキ	エネルギー 556 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 15.9 g カルシウム 334 mg

食材の都合により献立が変更される場合があります。ご了承下さい。

月～金曜日まで実物展示をする予定ですが食品が傷む場合写真掲示となります。ご了承下さい。

※桃を使用した商品を使用する予定がありますのでアレルギー等の心配のあるご家庭はご連絡下さい。

クッキング保育のお知らせ



☆印はぎんがの子ども達に人参のすりおろしのお手伝いをお願いします。マスクの準備をお願いします。

14日(火)ぎんが:じゃがいものナンを作ります。午前に活動して昼食として試食します。

21日(火)ひかり:バナナケーキを作ります。午前に活動しておやつの時間に試食します。

両クラスともにスモックとマスク着用です。マスクは忘れずにご持参下さい。

爪の確認、髪の毛の長い女の子はご家庭から結んできて下さい。



日 ／ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1 (水)	お休み							
2 (木)	お休み							
3 (金)	憲法記念日							
4 (土)	みどりの日							
6 (月)	こどもの日振り替え休日							
7 (火)	麦ごはん ポークカレー ツナとコーンのサラダ 小鱼							
8 (水)	麻婆丼 蒸し南瓜 みそ汁							
9 (木)	夕焼けおにぎり 鶏肉のBBQ焼き スナックえんどう ペイクドポテト							
10 (金)	麦ごはん 煮魚 南瓜煮 卵の花煮							
11 (土)	フォーガ 豆苗ともやしのナムル チーズポテト							
13 (月)	麦ごはん じゃこ入り納豆 人参と隠元の胡麻和え 石狩汁							
14 (火)	トースト ポークビーンズ ポテトサラダ							
15 (水)	麦ごはん 鱈の香味焼き 野菜のおひたし 切り干し大根とベーコンの煮物							
16 (木)	丸ばん 焼きコロッケ にんじんのラペ アスパラのガーリックソテー							
17 (金)	小豆ごはん 卵焼き ひじき煮 さつまい							

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
18 (土)	ごはん 肉じゃが 茹でブロッコリー みそ汁	半つき米、じゃがいも、しらたき、マヨネーズ、三温糖、焼ふ、なたね油	豚肉(もも)、豆みそ	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、わかめ(乾)	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん	バナナ ※ショア ひとくちおかき プチスティック	エネルギー 452 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 9.7 g カルシウム 253 mg
20 (月)	麦ごはん ポークハヤシ もやしのサラダ	半つき米、上新粉、三温糖、押麦、小麦粉、なたね油、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、豆乳、ハム、バター、ごま	玉葱、もやし、人参、いちごジャム、しめじ、胡瓜、マッシュルーム、グリーンピース、コーン、にんにく	ワイン、ケチャップ、中濃ソース、ウスターソース、しょうゆ、本みりん、米酢、食塩、こしょう	牛乳:クッキー 牛乳:ミルクチップ いちごの米粉 むしけーき	エネルギー 558 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.0 g カルシウム 207 mg
21 (火)	麦ごはん 蓮根入り豆腐ハンバーグ 粉ふき芋 のっぺい汁	★半つき米、じゃがいも、小麦粉、さといも、三温糖、押麦、なたね油、パン粉、生、コーンスターチ	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、卵、ヨーグルト(無糖)、生揚げ、バター	にんじん、れんこん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ、だいこん、干しぶどう、なめこ、しいたけ	ケチャップ、中濃ソース、本みりん、ワイン、しょうゆ、食塩、シナモン、こしょう、ナツメグ	パイナップル 牛乳 人参ケーキ	エネルギー 559 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 17.7 g カルシウム 256 mg
22 (水)	麦ごはん 焼魚 酢みそ和え 切り干し大根の煮物	半つき米、三温糖、小麦粉、押麦、くず粉、白玉粉、なたね油	牛乳、さけ、豆みそ、淡色みそ、油揚げ	玉葱、南瓜、人参、キャベツ、わかめ、コーン、アスパラ、切り干し大根、干し椎茸	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食酢(米酢)、本みりん、食塩	ヨーグルト 牛乳 小豆のういろう	エネルギー 513 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 10.0 g カルシウム 219 mg
23 (木)	バターロール クリームシチュー 塩スパサラダ	ロールパン、じゃがいも、半つき米、スパゲティ、小麦粉、オリーブ油、なたね油	牛乳、豚ひき肉、鶏もも肉(皮付き)、ハム、生クリーム、バター	たまねぎ、コーン缶、ミニトマト、にんじん、マッシュルーム、きゅうり、キャベツ、ごぼう	食塩、スープストック、食酢(米酢)、カレー粉、こしょう	でこぼん 牛乳 カレー炊き込みごはん	エネルギー 537 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 20.1 g カルシウム 283 mg
24 (金)	三色ごはん しらすと野菜のおひたし もずくのすまし汁 乾燥プルーン	半つき米、小麦粉、黒砂糖、三温糖、はちみつ、なたね油	牛乳、卵、鶏ひき肉、しらす干し	人参、小松菜、ブルーベリー、えのき、もやし、もずく、葱、コーン、レーズン、絹さや	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、本みりん、かつおだし汁、食酢(米酢)、食塩	パイナップル 牛乳 黒糖むしけーき	エネルギー 538 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 13.5 g カルシウム 272 mg
25 (土)	ごはん 鶏肉の照り焼き 南瓜煮 茹でアスパラ	半つき米、さといも、マヨネーズ、三温糖、なたね油	牛乳、鶏むね肉(皮付き)、豆みそ、油揚げ	南瓜、アスパラ、白菜、牛蒡、人参、葱、大根、切り干し大根、にんにく、生姜、焼きのり	しょうゆ、本みりん、食酢(米酢)	ぶどうゼリー 牛乳 切り干し大根ごはん	エネルギー 551 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 15.2 g カルシウム 200 mg
27 (月)	元気納豆ごはん 胡麻酢和え いも煮汁	半つき米、小麦粉、さといも、三温糖、板こんにやく、強力粉、なたね油	牛乳、納豆、豚肉(もも)、豆みそ、バター、ごま、生揚げ、しらす干し、かつお節	人参、南瓜、隠元、葱、大根、牛蒡、蕪、コーン、オクラ、しめじ、焼きのり	しょうゆ、食酢(米酢)、ほんだし、食塩	牛乳: プチスティック 牛乳 かぼちゃのスコーン	エネルギー 541 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 17.4 g カルシウム 255 mg
28 (火)	トースト ポークシチュー ひよこ豆のサラダ	食パン、半つき米、小麦粉、オリーブ油、なたね油、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、バター、ひよこめ(乾)、ツナ水煮缶、チーズ、生クリーム	玉葱、人参、マッシュルーム、トマト、コーン、グリーンピース、パプリカ、にんにく、わかめ	ワイン(赤)、ケチャップ、ウスターソース、食酢(米酢)、食塩、パセリ粉	チーズ 牛乳 わかめとコーンの炊き込みごはん	エネルギー 529 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 17.5 g カルシウム 207 mg
29 (水)	麦ごはん 鱈の塩焼き かぶのレモン和え 野菜のおひたし	半つき米、小麦粉、じゃがいも、三温糖、はちみつ、押麦、なたね油	牛乳、あじ、バター、卵、豆みそ、豚肉(もも)、アーモンド(乾)	小松菜、かぶ、人参、牛蒡、胡瓜、葱、大根、もやし、コーン、レーズン、レモン	かつおだし汁、しょうゆ、食塩、ほんだし	パイナップル 牛乳 人参と蜂蜜のケーキ	エネルギー 581 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 21.4 g カルシウム 274 mg
30 (木)	豚丼 胡麻酢和え ちゃんこ汁	半つき米、しらたき、三温糖、なたね油、はちみつ	牛乳、豚肉(肩)、木綿豆腐、油揚げ、鶏肉(胸皮なし)、ごま	玉葱、人参、南瓜、えのき、コーン、隠元、白菜、大根、葱、もやし、蕪、絹さや、塩昆布、生姜	しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食酢(米酢)、食塩	でこぼん 牛乳 南瓜とコーンの炊き込みごはん	エネルギー 526 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 15.0 g カルシウム 252 mg
31 (金)	麦ごはん 厚揚げのそぼろ煮 南瓜煮 沢煮椀	半つき米、小麦粉、三温糖、押麦、片栗粉、なたね油	牛乳(低脂肪)、生揚げ、豚ひき肉、牛乳、卵、豚肉(ばら)、ヨーグルト(無糖)、バター	かぼちゃ、バナナ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、ごぼう、グリーンピース、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	パイナップル 牛乳 ココアバナナケーキ	エネルギー 556 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 15.9 g カルシウム 334 mg

食材の都合により献立が変更される場合があります。ご了承下さい。

月～金曜日まで実物展示をする予定ですが食品が傷む場合写真掲示となります。ご了承下さい。

※桃を使用した商品を使用する予定がありますのでアレルギー等の心配のあるご家庭はご連絡下さい。

クッキング保育のお知らせ



☆印はぎんがの子ども達に人参のすりおろしのお手伝いをお願いします。マスクの準備をお願いします。

14日(火)ぎんが:じゃがいものナンを作ります。午前に活動して昼食として試食します。

21日(火)ひかり:バナナケーキを作ります。午前に活動しておやつ時間に試食します。

両クラスともにスモックとマスク着用です。マスクは忘れずにご持参下さい。

爪の確認、髪の毛の長い女の子はご家庭から結んで来て下さい。

