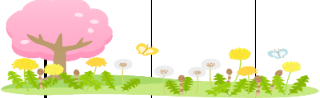
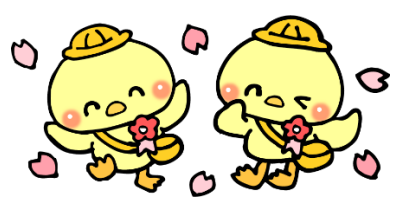


日曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する	
1火	新年度準備 (休園) 						16水	三色ごはん マカロニサラダ みそ汁 ネーブル	 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 ハム(卵不 使用) 豆腐	精白米 強化米(鉄) マカロニ	人参 小松菜 りんご レーズン きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
2水							17木	ごはん さばのりんごソースかけ 春雨の中華炒め ブロッコリーのしらすあえ 大根汁 黄桃(缶)	お麩ラスク 保育乳	さば(生) 豚もも肉 しらす干し 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) 春雨 麩	玉ねぎ たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ ネーブル
3木							18金	もずくどんぶり トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 バナナ 4月第3日曜日はもずくの日	揚げパン 保育乳	もずく 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄)	ピーマン コーン缶 トマト きゅうり ごぼう 人参 ねぎ バナナ
4金							19土	鶏肉の照り焼き丼 キャベツのおかかあえ みそ汁 ネーブル	 食育の日 保育乳	鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	人参 さやいんげん キャベツ きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
5土	入園・進級式 						21月	のりごはん 豚大根のみそ煮 ボイルウィンナー コーンサラダ レタスのスープ ネーブル	マシュマロサンド 保育乳	豚肩ロース ウィンナー わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄)	大根 人参 糸こんにゃく コーン缶 キャベツ きゅう り レタス 玉ねぎ えのきたけ ネーブル
7月	チキンカレー きゅうりの甘酢あえ 白菜スープ いちご	クッキー 保育乳	鶏もも肉 しらす干し わかめ ベーコン	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP 白菜 ピーマン きゅうり ブロッコリー 赤ピーマン りんご	22火	キーマカレー スティックきゅうり(塩) わかめスープ りんご	ミニマドレーヌ 保育乳	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン トマト缶 きゅうり えのきたけ ねぎ りんご	
8火	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー みそ汁 ネーブル	ちんびん 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ちくわ 豆腐	精白米 強化米(鉄)	玉ねぎ 赤ピーマン 人参 ねぎ 糸こんにゃく GP ニラ ブロッコリー えのきたけ ネーブル	23水	マージンごはん 鶏肉のごまみそ焼き 切干大根のイリチー ブロッコリー(マヨ) そうめん汁 パナナ	グレープゼリー せんべい 保育乳	鶏もも肉 ちくわ	精白米 強化米(鉄) もちきび ごま そうめん	切干大根 人参 糸こんにゃく 小松菜 ブロッコリー ねぎ バナナ	
9水	スパゲティミートソース ゴマじゃが スティックきゅうり コーンスープ バナナ	いなり寿司 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 白菜 バナナ	24木	パン 魚フライ(卵不使用) パンブキンサラダ 野菜スープ 黄桃(缶)	 わかめおにぎり はっ酵乳	白身魚 ベーコン	パン じゃが芋	かぼちゃ きゅうり コーン缶 キャベ ツ えのきたけ ほうれん草 赤ピーマン 椎茸	
10木	マージンごはん 鮭のタルタル焼き 人参シリシリー もずくの酢物 みそ汁	ココア蒸しパン 保育乳	鮭 鶏ささみ もずく 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	25金	タコライス(チーズ不使用) かみかみごぼう みそ汁 ネーブル	ちんすこう 保育乳	豚ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 レタス トマト ごぼう 大根 ねぎ ネーブル	
11金	たけのこごはん 豚肉のみそ焼き ブロッコリーとツナのサラダ コーンスープ りんご	くずもち 保育乳	鶏もも肉 油揚げ 豚もも肉 ツナ缶	精白米 強化米(鉄)	たけのこ(水煮) ねぎ 赤ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー 人参 白菜 コーン缶 りんご	26土	親子遠足 (午前保育) 					
12土	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 もずくスープ ネーブル	 シュガーラスク 保育乳	豆腐 豚ひき肉 もずく	精白米 強化米(鉄)	生しいたけ 人参 ニラ 玉ねぎ たけのこ きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	28月	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリー フライドポテト みそ汁 ネーブル	ホットケーキ 保育乳	鶏もも肉 鶏ささみ ツナ缶 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし 大根 ねぎ ネーブル	
14月	ごはん 納豆みそ チキン照り焼き 人参シリシリー みそ汁 ネーブル	黒糖アガラサー 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 鶏もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ねぎ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 大根 ねぎ ネーブル	30水	ハヤシライス スティックきゅうり(マヨ) コーンスープ ネーブル	ジャムサンド 保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり コーン缶 白菜 ネーブル	
15火	沖縄そば かぼちゃのコロコロ揚げ きゅうりのごまあえ りんご	みそおにぎり 保育乳	豚肩ロース 丸かまぼこ (卵不使用) ツナ缶	沖縄そば (茹) ごま	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ きゅうり りんご	★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。 						

★ For 2- year-olds, a morning snack is provided that may include milk, fruit, rice, crackers, and similar items. (This detail is not included below)

★ The classification of red, yellow, and green food groups is based on the six basic food groups (Ministry of Health, Labor and Welfare) and the three nutritional functions of food (Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology.)

日 曜	Menu	Snacks (1~5 yrs old)	Lunch Ingredients			日 曜	Menu	Snacks (1~5 yrs old)	Lunch Ingredients			
			Red Protein	Yellow Carbohydrates	Green Fruits and Vegetbles				Red Protein	Yellow Carbohydrates	Green Fruits and Vegetbles	
1 Tue	 School Closed (Preparation for New School Year) 						16 Wed	three-colored rice macaroni salad miso soup orange	 milk	minced chicken minced pork ham tofu	white rice fortified rice macaroni	carrot apple raisin radish komatsuna cucumber green onion orange
2 Wed							17 Thu	rice mackerel w/ apple sauce fried vermicelli boiled broccoli w/ baby sardines radish soup yellow peach	fu rusk milk	mackerel pork thigh whitebait silken tofu wakame	white rice fortified rice vermicelli whaet glutten	onion carrot bamboo shoot mushroom cabbage broccoli green bean radish orange
3 Thu							18 Fri	rice w/ seaweed tomato and cucumber w/ miso miso soup banana April 3: Mozuku Seaweed Day	fried bread milk	mozzuku minced pork chiecken breast	white rice fortified rice	green pepper corn tomato cucumber carrot burdock banana
4 Fri							19 Sat	teriyaki chicken cabbage w/ bonito miso soup orange Nutrition Education Day	 bread w/ jam milk	chicken thigh tofu wakame	white rice fortified rice	carrot cabbage green bean cucumber radish orange green onion
5 Sat	Entrance Ceremony 						21 Mon	rice w/ seaweed simmered pork and raddish boiled sausage corn salad lettuce soup orange	marshmallow sandwich milk	pork loin sausage wakame silken tofu	white rice fortified rice	radish carrot konnyaku corn cabbage cucumber orange lettuce onion enoki mushroom orange
7 Mon	chicken curry cucumber w/ sweet vinegar Chinese cabbage soup apple	cookie milk	chicken thigh whitebait wakame seaweed bacom	white rice fortified rice potato	carrot onion corn cabbage green peas cucumber broccoli apple red pepper	22 Tue	keema curry cucumber stick wakame seaweed soup apple	mini madeleines milk	minced chicken silken tofu wakame	white rice fortified rice potato	carrot onion corn tomato green peas cucumber apple enoki mushroom green onion apple	
8 Tue	rice grille dpork w/ vinegar simmered hijiki broccol miso soup orange	Okinawan pancake milk	pork loin dried hijiki fish cake tofu	white rice fortified rice spaghetti potato sesame seed	onion carrot green onion red peppers konnyaku green peas chives broccoli mushroom	23 Wed	millet rice grilles chicken w/ sesame shredded dried raddish broccoli w/ mayonnaise somen noodle soup banana	grape jelly crice cracker milk	chicken thigh fish cake	white rice fortified rice millet rice sesame somen noodles	radish carrot konnyaku broccoli green onion banana	
9 Wed	spaghetti w/ meat sauce potato w/ sesame seed cucumber stick corn soup banana	inari sushi milk	ground beef ground pork	white rice fortified rice millet rice	carrot onion tomato celery green pepper corn cucumber cabbage banana	24 Thu	bread fried fish pumpkin salad vegetable soup yello peach 	rice ball milk	white fish bacon	bread potato	pumpkin cabbage cucumber corn enoki mushroom spinach red pepper peach	
10 Thu	millet rice baked salmon shredded carrot vinegared mozuku seaweed miso soup	cocoa steamed bun milk	salmon chicken breast mozuku tofu wakame	white rice fortified rice	onion carrot broccoli cucumber radish orange green onion	25 Fri	taco rice burdock root miso soup orange	chinsoku milk	minced pork tofu wakame	white rice fortified rice white sesame	onion carrot lettuce tomato burdock radish green onion orange	
11 Fri	rice w/ bamboo shoot grilled pork w/ miso broccoli w/ tuna salad corn soup apple	rice cake milk	chicken thigh tofu pork thigh tuna	white rice fortified rice	bamoo shoot green onion red peppers onion broccoli carrots cabbage corn apple	26 Sat	Family Fun Day (morning only) 					
12 Sat	rice bean-curd soup cucumber mozuku seaweed soi orange 	sugar rusk milk	tofu ground pork mozuku seaweed	white rice fortified rice	mushroom carrot chives onion cucumber bamboo shoot green onion orange	28 Mon	black rice chicken stew shredded carrot french fries miso soup orange	pancake milk	chicken thigh chicken breast tuna wakame	white rice fortified rice black rice potato	carrot broccoli bean sprout radish orange green onion	
14 Mon	rice natto miso chicken teriyaki shredded caaor miso soup orange	brown sugar agarasa milk	natto tuna chicken thigh fish cake tofu wakame	white rice fortified rice white sesame	green onion onion carrot broccoli onion radish orange green onion	30 Wed	rice with hased meat cucumber stick w/ mayonnaise corn soup orange	jam sandwich milk	chiecken breast	white rice fortified rice potato	onion carrot green peas cucumber corn cabbage orange	
15 Tue	Okinawa soba deep friend pumpkin cucumber apple	miso rice ball milk	porl loin kamaboko tuna	Okinawa soba sesame	kelp pumpkin green onion cucumber apple	★ The menu may change due to ingredient availability, events, or other factors. ★ Allergy- friendly meals are provided based on doctors on doctor`s diagnosis and the “Guidelines for Allergy Management in Daycare Centers (Ministry of Health Labor and Welfare 2019)” , 						