

		午 前 食			午 後 食					
日曜	主食	副食	主 な 材 料			主食	副食	主 な 材 料		
1月	ごはん	ウイングスティック煮 煮もの おひたし みそ汁	ウイングスティック 大根 人参 ほうれん草 かぶ 玉葱 人参 かぶの葉	じゃが芋	おじや	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 いんげん きゃべつ 玉葱 はっさく 人参	さつま芋		
2火	ごはん	煮魚 煮もの おひたし みそ汁	タラ 大根 人参 きゃべつ チンゲン菜	さつま芋 玉葱 人参	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー 白菜 玉葱 はっさく 人参	じゃが芋		
3水	ごはん	肉だんご 煮もの おひたし みそ汁	鶏ひき肉 玉葱 大根 人参 小松菜 きゃべつ	人参 高野豆腐 人参	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー かぶ 玉葱 はっさく 人参	さつま芋	かぶの葉	
4木	ごはん	煮魚 煮もの おひたし みそ汁	ムキカレイ 大根 人参 ほうれん草 白菜 玉葱	ごぼう 人参 じゃが芋	おじや	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 いんげん きゃべつ 玉葱 はっさく 人参	じゃが芋		
5金	ごはん	豆腐の野菜あんかけ 煮もの おひたし みそ汁/くだもの	豆腐 玉葱 人参 大根 人参 きゃべつ かぶ 玉葱 人参	かたくり粉 さつま芋 かぶの葉/いちご	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー チンゲン菜 玉葱 はっさく 人参	じゃが芋		
6土	土曜保育		そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参		スープ くだもの	きゃべつ 玉葱 人参 はっさく			
8月	ごはん	煮魚 煮もの おひたし みそ汁	タラ 大根 人参 ほうれん草 白菜 玉葱	さつま芋 人参 豆腐	おじや	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 いんげん きゃべつ 玉葱 甘夏 人参	じゃが芋		
9火	ごはん	鶏そぼろ 煮もの おひたし みそ汁	鶏ひき肉 玉葱 大根 人参 きゃべつ チンゲン菜 玉葱	人参 ごぼう 人参 じゃが芋	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー かぶ 玉葱 甘夏 人参	さつま芋	かぶの葉	
10水	ごはん	豆腐の野菜あんかけ 煮もの しらす和え みそ汁	豆腐 玉葱 人参 大根 人参 ほうれん草 きゃべつ 玉葱	かたくり粉 じゃが芋 しらす 人参	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー 白菜 玉葱 甘夏 人参	さつま芋		
11木	ごはん	煮魚 煮もの おひたし みそ汁	ムキカレイ 大根 人参 小松菜 かぶ 玉葱	さつま芋 人参 じゃが芋 かぶの葉	おじや	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 いんげん きゃべつ 玉葱 甘夏 人参	じゃが芋		
12金	ごはん	肉だんご 煮もの おひたし みそ汁	鶏ひき肉 玉葱 大根 人参 きゃべつ 白菜 玉葱	人参 じゃが芋	おにぎり	煮もの 温野菜 スープ くだもの	大根 人参 ブロッコリー チンゲン菜 玉葱 甘夏 人参	さつま芋		
13土	父母の会総会 土曜保育		おじや みそ汁	米 玉葱 人参 大根 玉葱 人参 じゃが芋	しらす	スープ くだもの	きゃべつ 玉葱 人参 甘夏			

※献立は変更になる場合もあります。

ご入園・ご進級おめでとうございます

すみれ保育園では、食べることをとても大事に考えています。丈夫な体づくりということだけではなく、豊かな感性を養い人間として生きていく意欲に深いかわりがあるからです。

国産の食材にこだわり、旬の食材を使い、手作りで食材のおいしさを味わえるようにうす味で調理しています。



<離乳食について>

生後6ヵ月頃から、野菜スープから始めていきます。人参、大根、玉葱、かぶ、きゃべつ、じゃが芋をじっくりと煮込んだ野菜のあまみたっぷりのスープです。

子どもひとりひとりに合わせて進めていきます。

日曜	主食	副食	主な材料		おやつ	主な材料
1月	大豆ごはん	ウイングスティック煮 磯香和え みそ汁	大豆 ちりめんじゃこ ウイングスティック ぎゃべつ ほうれん草 チンゲン菜 玉葱	人参 ごま 大根 人参 長葱 人参 焼きのり 人参 じゃが芋	ラスク 酢ごぼう くだもの 牛乳	フランスパン きな粉 ごぼう 酢 しょうゆ はっさく
2火	ごはん	ぎゃべつと豚肉の みそ炒め さつま芋サラダ わかめスープ	豚小間肉 生姜 玉葱 ピーマン さつま芋 ブロccoli わかめ 白菜 玉葱	人参 みそ 人参 豆乳 酢 ごま 人参 人参	チヂミ 小魚 くだもの 牛乳	にら 小麦粉 上新粉 はっさく
3水	ごはん	チキンカツ 煮もの おかか和え みそ汁	鶏肉 パン粉 小麦粉 高野豆腐 人参 昆布 ブロccoli 人参 ぎゃべつ 玉葱 人参	人参 昆布 人参 けずり節 人参 しめじ	ぎゃべつスコーン かわはぎ くだもの 牛乳	小麦粉 きゃべつ はっさく
4木	ごはん	魚のみそ焼き きんぴら 浅漬け 千切り野菜のすまし汁	ホキ みそ ごぼう 人参 ぎゃべつ かぶ 人参 大根 人参 えのき 白滝 長葱 大根の葉	人参 人参 人参 人参 人参 人参	にらせんべい 昆布 くだもの 牛乳	小麦粉 にら みそ はっさく
5金	ごはん	豆腐ハンバーグ 千切りぎゃべつ 煮もの みそ汁/くだもの	豆腐 豚ひき肉 玉葱 人参 みそ ぎゃべつ さつま芋 人参 昆布 かぶ 玉葱 人参 かぶの葉 / いちご	人参 昆布 人参 人参 人参 人参	ジャムパン するめ くだもの 牛乳	フランスパン いちごジャム はっさく
6土	土曜保育		そうめん スープ	小麦粉 ぎゃべつ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 麦茶	はっさく
8月	ごはん	焼魚 春雨ソテー ごま和え けんちん汁	生鮭 春雨 ぎゃべつ 人参 ブロccoli 人参 ごま 大根 ごぼう 人参 糸こんにゃく 豆腐 長葱	人参 人参 人参 人参 人参 人参	蒸しパン 昆布 くだもの 牛乳	小麦粉 さつま芋 甘夏
9火	2色 ごはん	切り干し大根の煮もの 浅漬け みそ汁	鶏ひき肉 生姜 人参 切り干し大根 ごぼう 人参 いんげん ぎゃべつ きゅうり 人参 チンゲン菜 玉葱 人参 やきふ	人参 人参 人参 人参 人参 人参	きな粉マカロニ かみかみ和え くだもの 牛乳	マカロニ きな粉 するめ 大根 人参 甘夏
10水	ごはん	肉じゃが しらす和え みそ汁	豚小間肉 じゃが芋 玉葱 人参 白滝 いんげん ぎゃべつ ほうれん草 人参 しらす 豆腐 玉葱 わかめ	人参 人参 人参 人参 人参 人参	お好み焼き 小魚 くだもの 牛乳	小麦粉 きゃべつ 長葱 甘夏
11木	うどん	天ぷら おひたし 肉スープ	さつま芋 / 玉葱 人参 ピーマン 小女子 ぎゃべつ 小松菜 人参 豚小間肉 ごぼう 人参 長葱	人参 人参 人参 人参 人参 人参	おにぎり 酢大根 くだもの 牛乳	米 梅干し 大根 酢 しょうゆ 甘夏
12金	ごはん	焼肉 千切りぎゃべつ ポテトサラダ みそ汁	鶏肉 玉葱 りんご 生姜 ぎゃべつ じゃが芋 きゅうり 人参 豆乳 酢 ごま かぶ 玉葱 人参 かぶの葉	人参 人参 人参 人参 人参 人参	フランスパン かわはぎ くだもの 牛乳	甘夏
13土	父母の会総会 土曜保育		おにぎり 豚汁	梅干し 焼きのり / けずり節 豚小間肉 大根 人参 ごぼう 長葱 じゃが芋	フランスパン くだもの 麦茶	甘夏

※献立は変更になる場合もあります。

ご入園・ご進級おめでとうございます



すみれ保育園の給食は、和食中心の献立で食材は国産にこだわっています。旬の食材を使い、手作りで食材のおいしさを味わえるようにうす味で調理しています。化学調味料、冷凍食品は使いません。牛乳は、牛乳本来の風味を大切に低温殺菌牛乳を使用しています。季節のくだものと牛乳は、おやつに出ます。そして、食べることをとても大事に考えています。丈夫な体づくりということだけではなく、豊かな感性を養い人間として生きていく意欲に深いかわりがあるからです。

