



※乳児には午前中、牛乳等がでます。
※食中毒予防のためクッキングはありません。
※毎日産地を明記しています。日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3
予定	郷土食～長崎県～			0歳児健診	虫歯予防献立	
昼食	<p>鎖国時代日本で唯一の開港地として外来文化を受け入れ、独自の文化を育てた長崎は料理にも異国の味が漂うと言われます。日本特有の和のテイストをベースとしながら、中国の中華テイストやポルトガルのオランダの風情が交わった食文化が豊かになりました。</p> <p>長崎ちゃんぽんのちゃんぽんは、ポルトガル語の「チャンボン（混ぜる・混合するの意味）」がなまったとの説もあり、特徴はやはりその具の豊富さにあります。また、「浦上そばろ」は滞在するポルトガル人宣教師が、健康に良いと日本人に豚肉を食べることを勧めたことが、生まれたきっかけとなったと言われています。ひわやかステラは言わずと知れた、長崎の名産です。</p> 			<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏とたまごのさっぱり煮 小松菜とじゃこのかみかみ和え キャベツと白しめじの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> カルシウムふりかけご飯 鱈の南蛮漬 根菜のカミカミサラダ 切干大根の味噌汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> 五目うどん さつまいもの煮物 胡瓜と若布の酢の物 グレープフルーツ
午後のおやつ				<ul style="list-style-type: none"> メープルおからケーキ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> じゃこのチーズトースト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ジャムサンド 牛乳
日	5	6	7	8	9	10
予定		らっこ広場	野菜の日・避難訓練	歯科検診		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 たくあん 照り焼きチキン 蓮根入りマカロニサラダ オクラのかき卵汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き スティック金平牛蒡 南瓜の甘煮 小松菜と厚揚げの味噌汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐の三色丼 春雨の胡麻酢和え 新じゃがと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 牛肉とピーマンの甘辛炒め たたき胡瓜 さつまいもの味噌汁 ぶどう 	<ul style="list-style-type: none"> きのこツナの和風スパゲッティー ココロ野菜のさっぱり和え 大根と三つ葉の和風スープ グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 炒り豆腐 じゃが芋と人参の紅白煮 若布と葱の味噌汁 オレンジ
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ジャーマンポテト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 桜えびのサクサク炒飯 すずめ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> きなこラスク 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> メロンパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ビスケット 果物 牛乳
日	12	13	14	15	16	17
予定	身体測定（3, 4, 5歳児）	交流日・身体測定（0, 1, 2歳児）			幼児懇談会・ファミリーデー（父の日）	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 麦入りご飯 きなこふりかけ 筑前煮 ほうれん草とえのきの納豆和え 茄子と板麩の味噌汁 すいか 	<ul style="list-style-type: none"> 胚芽ご飯 かじきの西京焼き ひじきの煮物 きのこのすまし汁 ぶどう 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏とたまごのさっぱり煮 小松菜とじゃこのかみかみ和え キャベツと白しめじの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 雑穀ご飯 ポテトコロッケ 千切りキャベツ くし切りトマト 大根と豆腐の味噌汁 さくらんぼ 	<ul style="list-style-type: none"> シーフードカレーライス チーズ入りマセドアンサラダ ベジタブルスープ すいか 	<ul style="list-style-type: none"> 五目うどん さつまいもの煮物 胡瓜と若布の酢の物 グレープフルーツ
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅しらすご飯 ほりほりごぼう 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 新じゃがバター 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> メープルおからケーキ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋とじゃこのチヂミ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ジャムサンド 牛乳
日	19	20	21	22	23	24
予定	造形	よちよちらっこ	誕生会	0歳児健診		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 たくあん 照り焼きチキン 蓮根入りマカロニサラダ オクラのかき卵汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き スティック金平牛蒡 南瓜の甘煮 小松菜と厚揚げの味噌汁 メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ミートドリア カラフルピクルス ピシソワーズ ヨーグルトドリンク あじさいゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 牛肉とピーマンの甘辛炒め たたき胡瓜 さつまいもの味噌汁 ぶどう 	<ul style="list-style-type: none"> きのこツナの和風スパゲッティー ココロ野菜のさっぱり和え 大根と三つ葉の和風スープ グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 炒り豆腐 じゃが芋と人参の紅白煮 若布と葱の味噌汁 オレンジ
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ジャーマンポテト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 桜えびのサクサク炒飯 すずめ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> かたつむりロールケーキ レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> メロンパン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ビスケット 果物 牛乳
日	26	27	28	29	30	
予定		体育指導	郷土食～長崎～		乳児懇談会	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 麦入りご飯 きなこふりかけ 筑前煮 ほうれん草とえのきの納豆和え 茄子と板麩の味噌汁 すいか 	<ul style="list-style-type: none"> 胚芽ご飯 かじきの西京焼き ひじきの煮物 きのこのすまし汁 ぶどう 	<ul style="list-style-type: none"> 長崎ちゃんぽんうどん 浦上そばろ 大根の甘酢漬 ひわ 	<ul style="list-style-type: none"> 雑穀ご飯 ポテトコロッケ 千切りキャベツ くし切りトマト 大根と豆腐の味噌汁 さくらんぼ 	<ul style="list-style-type: none"> シーフードカレーライス チーズ入りマセドアンサラダ ベジタブルスープ すいか 	
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅しらすご飯 ほりほりごぼう 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 新じゃがバター 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 長崎カステラ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> じゃが芋とじゃこのチヂミ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン 牛乳 	