

給食だより 11月

夕暮れがずいぶん早くなり、秋の深まりを感じます。毎日寒い日が続きますが、みなさん体調はいかがお過ごしでしょうか？この時期は日中との温度差があるため体温調節がしっかりできるように工夫が必要です

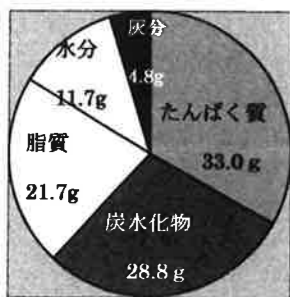
また、寒い日には体を温める根菜類を食べ、睡眠を十分にとり、寒さに負けない体でこれから迎える寒い冬を乗り越えましょう。



もっと知りたい！大豆のこと

秋が旬の大豆には、「畑の肉」と呼ばれるほど栄養が豊富に含まれていることを知っていますか？日本の食生活に欠かせない大豆について、もっと知ってみましょう！

《大豆の栄養》



- 豆腐 1/3 丁が含むたんぱく質は卵 1 個分に相当する。
- 米に不足している必須アミノ酸のリジンを含む。
- 脳の働きをよくするビタミンB1、子どもの成長に欠かせないビタミンB2をバランスよく含む。

栄養面でも優れた、米と大豆のコンビ！！

米では足りない栄養素を補っているのが大豆です。
ごはんのみそ汁の取り合わせや大豆を入れた炊き込みご飯は理想的です！

《遺伝子組み換え大豆とは》

遺伝子組み換えとは、特定の遺伝子を微生物や動植物の細胞から取り出し、植物などの細胞に入れて新しい品種を作ること。これによって、害虫に強い、農薬に強いなどの特性をもつ作物を作り出すことができ、生産効率を上げることが目的です。

遺伝子組み換え作物は安全性に問題はないとされていますが、長期間食べ続けたらどうなるかは未知数で健康への悪影響を懸念する根強い声があります。現在国内での遺伝子組み換え作物の生産は認められていないので、安心安全を追求するなら国産大豆の製品を選びましょう。

味の記憶を増やし、嗜好を発達させる 調理・味付けのポイント！

人間は、甘み、旨み、適度な塩味を本能的に好むためそれらの味付けをすれば子どもはよく食べてくれます。だからといって、砂糖や塩などの調味料をたくさん使って濃い味付けにしてしまうと、味の記憶がうまく蓄積されず、嗜好の発達を妨げてしまいます。

子どもたちに感じてほしいのは、調味料で変えてしまった味ではなく、素材そのものもっている味です。濃い塩味に慣れると腎臓に負担がかかり、濃い塩味のものをおいしく感じる嗜好になってしまいます。家庭でも簡単にできる

薄味の作り方

みそ汁の例

塩味の場合、食塩濃度で大人は1%以下、幼児では0.5%以下、離乳食では0.3%以下にします。

●大人用(2人分) 塩分濃度**0.8%**
だし汁 400cc(計量カップ2杯)
みそ(塩分含有量12%) 大さじ1と1/2杯

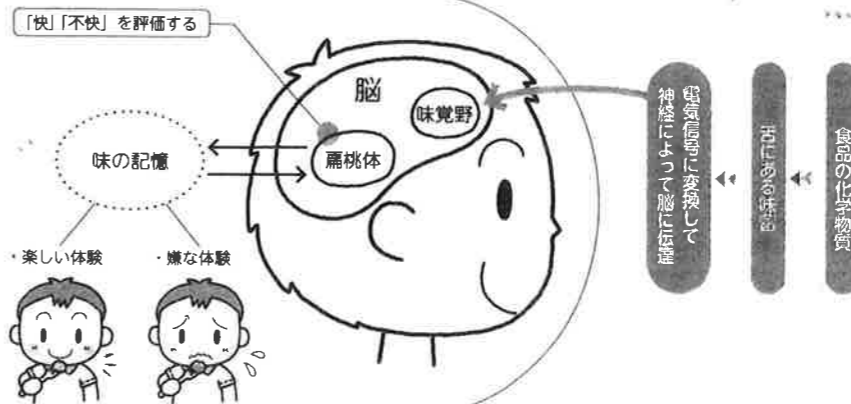
●幼児用 塩分濃度**0.5%**以下
大人用のみそ汁50ccに、同量のだし汁またはお湯を加え薄める。

●離乳食 塩分濃度**0.3%**以下
大人用のみそ汁30ccに、50ccのだし汁またはお湯を加え薄める。

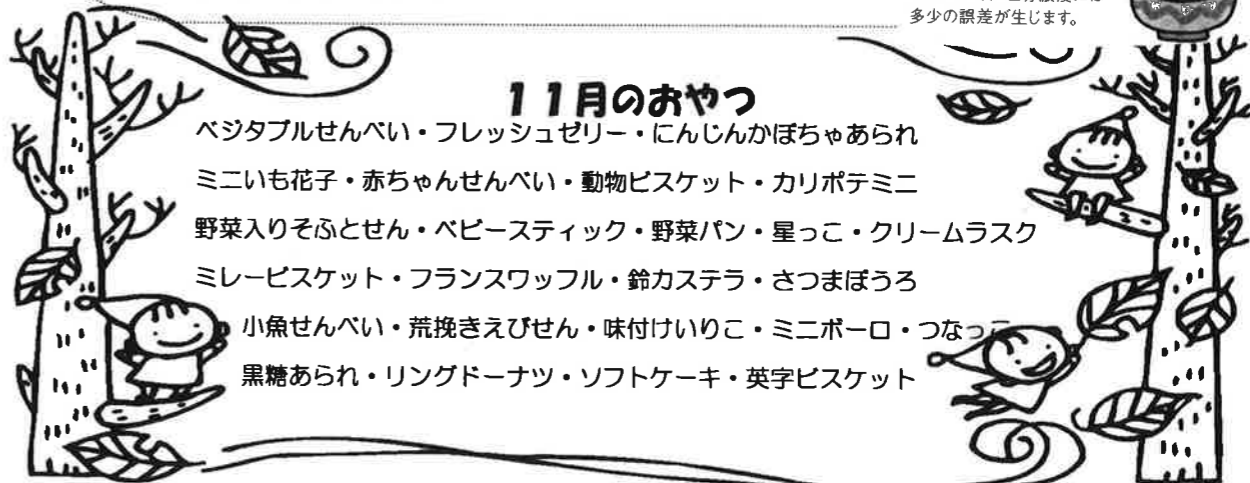
※みその塩分含有量により、食塩濃度は異なります。
※だし汁にも多少の塩分が含まれるので、塩分濃度には多少の誤差が生じます。

味覚と嗜好のしくみ

食べ物を好きになるしくみ



★楽しく食べられる環境や雰囲気をつくる大人の役割は重要です!! 楽しい味の記憶をたくさんつくれる工夫を心がけましょう。



11月のおやつ

- ベジタブルせんべい・フレッシュゼリー・にんじんかぼちゃあられ
- ミニも花子・赤ちゃんせんべい・動物ビスケット・カリボテミニ
- 野菜入りそふとせん・ベビースティック・野菜パン・星っこ・クリームラスク
- ミレービスケット・フランスワッフル・鈴カステラ・さつまぼうろ
- 小魚せんべい・荒挽きえびせん・味付けいりこ・ミニポーロ・つなっ
- 黒糖あられ・リングドーナツ・ソフトケーキ・英字ビスケット

11月の補食は
どうもろこしです！



献立表

11月



H29年度 香里ヶ丘保育園

日	献立	赤	黄	緑	その他	日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの				血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
13	豚肉の生姜炒め	豚肉	砂糖・油	生姜・玉葱・青葱・キャベツ・人参	醤油	6	親子丼	鶏肉・卵 かまぼこ	砂糖・片栗粉	玉葱・人参・三つ葉・干し椎茸	醤油・みりん・削り節
27	舞茸のみそ汁	豆腐・みそ		舞茸・南瓜・玉葱・わかめ・ほうれん草	出し昆布・削り節	20	里芋のみそ汁	豆腐・みそ	里芋	しめじ・水菜・青葱	出し昆布・削り節
(月)	みたらし団子		白玉粉・砂糖 片栗粉		醤油	(月)	みたらし団子		白玉粉・砂糖 片栗粉		醤油
14	鮭の塩焼き	鮭			塩	7	鯖の竜田揚げ	鯖	小麦粉	生姜	醤油
28	じゃが芋の煮物	厚揚げ	じゃがいも・油 砂糖	人参・グリーンピース	醤油・削り節	21	五目豆	大豆・うす揚げ	こんにゃく・砂糖 油	ひじき・人参・いんげん	醤油・削り節
	中華風コーンスープ	卵	片栗粉	クリームコーン缶・白葱	がらすープ・塩		じゃが芋のみそ汁	豆腐・みそ	じゃがいも	ほうれん草・玉葱・切干大根	出し昆布・削り節
(火)	アメリカンクッキー	卵	ミックス粉・砂糖 無塩バター・コーンフレーク	レーズン		(火)	アメリカンクッキー	卵	ミックス粉・砂糖 無塩バター・コーンフレーク	レーズン	
1	肉じゃが	牛肉	じゃがいも・砂糖 こんにゃく・油	人参・玉葱・グリーンピース	醤油・削り節	8	酢豚	豚肉	片栗粉・油 砂糖	生姜・玉葱・ピーマン・人参・パイン缶	醤油・酢・ケチャップ
15	キャベツのみそ汁	うす揚げ・みそ		キャベツ・青葱・玉葱	出し昆布・削り節	22	なめこのすまし汁	豆腐	長芋	なめこ・白菜・小松菜	出し昆布・削り節・醤油
29	手作りふりかけ	干しエビ	ごま	青のり・ゆかり							
	15日のみ フルーツサンド	生クリーム	ロールパン・砂糖	みかん缶・パイン缶	チョコスプレー ※ゆり・うめなし						
(水)	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト			ブルーベリーソース ※1日のみストロベリーソース	(水)	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト			ブルーベリーソース
2	ナポリタンスパゲティ	ベーコン	スパゲティ・砂糖 油	玉葱・人参・ピーマン・トマトピューレ	ケチャップ・塩 ウスターソース	9	かやくうどん	鶏肉・うす揚げ	うどん	玉葱・人参・わかめ・椎茸・青葱	出し昆布・削り節 醤油・みりん・塩
16	豆腐のすまし汁	豆腐		えのき・大根・白菜・わかめ	出し昆布・削り節・醤油		ほうれん草の じゃこ和え	ちりめんじゃこ	ごま・砂糖	ほうれん草・キャベツ・人参	醤油
30	きな粉サンド	きな粉	食パン・砂糖 チューブバター			(木)	きな粉サンド	きな粉	食パン・砂糖 チューブバター		
17	ささみフライ	ささみ・卵	小麦粉・パン粉 油		塩	10	㊟ カレーシチュー	牛肉・鶏レバー スキムミルク	じゃがいも・バター	玉葱・人参・グリーンピース ピーマン・マッシュルーム	カレールウ・ケチャップ ウスターソース・塩
	おかか和え			ブロッコリー・人参	醤油・削り粉	24	グリーンサラダ		マヨドレ	ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・コーン	塩
	さつま芋のみそ汁	豆腐・みそ	さつま芋	玉葱・青葱・ほうれん草	出し昆布・削り節	(金)	果物・チーズ	キャンディーチーズ		オレンジ	
(金)	果物・チーズ	キャンディーチーズ		オレンジ		11	大根と里芋の そぼろ煮	豚ミンチ	里芋・砂糖 片栗粉・油	人参・大根・いんげん	みりん・醤油・削り節
4	赤魚の煮付け	赤魚	砂糖	生姜	醤油・みりん	25	三つ葉のみそ汁	豆腐・みそ		人参・椎茸・玉葱・三つ葉	出し昆布・削り節
18	南瓜の煮物		砂糖・油	南瓜・いんげん・人参	醤油・削り節		いりこ	ごま入り味付けいりこ			
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ・みそ		しめじ・もやし・玉葱・チンゲン菜	出し昆布・削り節	(土)	お菓子				
	いりこ	ごま入り味付けいりこ									
(土)	お菓子										

アレルギー食品：みそ(大豆)醤油(小麦・大豆)うす揚げ(大豆)豆腐(大豆)ヨーグルト(乳製品)厚揚げ(大豆)穀物酢(小麦)カレールウ(小麦・大豆)バター(乳製品)スパゲティ(小麦)うどん(小麦)いんげん(大豆)味付けいりこ(ごま)ミックス粉(小麦)ウスターソース(大豆)キャンディーチーズ(乳製品)ツナ(まぐろ)食パン・ロールパン(小麦・乳・大豆)生クリーム(大豆・乳製品)スキムミルク(乳製品)チョコスプレー(乳製品・大豆)ちりめんじゃこ(魚卵)かまぼこ(大豆)コーンフレーク(小麦)ベーコン(卵白)チューブバター(大豆・乳製品)パン粉(小麦・大豆)削り粉(さば)

《11月平均栄養価》 ※ ()は目標量 ※ 幼児のご飯の栄養価は除く

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	食物繊維(mg)	塩分(g)
乳児クラス	466(480)	18.1(20.0)	13.8(14.0)	180(225)	3.5(3.4)	1.6(1.8)
幼児クラス	410(400)	19.6(21.0)	16.3(17.0)	217(267)	4.1(3.8)	2.0(2.3)

* 材料の都合により献立を変更することがあります。
 * ㊟ マークはきく組、たけ組、ふじ組さんはスプーンを忘れずに持ってきてください。
 * 15日はお誕生日会の為、おやつにフルーツサンドをいただきます。
 * ゆり・うめ組さんにチョコスプレーの提供は致しません。



初期 名前

食べたことがないものに×印をお願いします。
 (給食を提供するまでにご家庭で一度召し上がって
 頂きますようご協力お願い致します。)

名前 _____
 平成 29年 11月

日	献立	食材	調味料	日	献立	食材	調味料
13	おかゆ	米		6	おかゆ	米	
27	豆腐のペースト	豆腐	だし昆布	20	豆腐のペースト	豆腐	だし昆布
(月)	野菜スープ	ほうれん草(ペースト)	〃	(月)	野菜スープ	玉葱(ペースト)	〃
14	おかゆ	米		7	おかゆ	米	
28	南瓜のペースト	南瓜	だし昆布	21	じゃが芋のペースト	じゃが芋	だし昆布
(火)	野菜スープ	玉葱(ペースト)	〃	(火)	野菜スープ	ほうれん草(ペースト)	〃
1	おかゆ	米		8	おかゆ	米	
15	じゃがいものペースト	じゃがいも	だし昆布	22	さつま芋のペースト	さつま芋	だし昆布
29(水)	野菜スープ	キャベツ(ペースト)	〃	(水)	野菜スープ	小松菜(ペースト)	〃
2	おかゆ	米		9	おかゆ	米	
16	人参のペースト	人参	だし昆布	24	玉葱のペースト	玉葱	だし昆布
30(木)	野菜スープ	白菜(ペースト)	〃	(木)	野菜スープ	キャベツ(ペースト)	〃
17	おかゆ	米		10	おかゆ	米	
	さつま芋のペースト	さつま芋	だし昆布	24	南瓜のペースト	南瓜	だし昆布
(金)	野菜スープ	ほうれん草(ペースト)	〃	(金)	野菜スープ	ブロッコリー(ペースト)	〃
4	おかゆ	米		11	おかゆ	米	
18	南瓜のペースト	南瓜	だし昆布	25	人参のペースト	人参	だし昆布
(土)	野菜スープ	チンゲン菜(ペースト)	〃	(土)	野菜スープ	大根(ペースト)	〃



中期 名前

食べたことがないものに×印をお願いします。
 (給食を提供するまでにご家庭で一度召し上がって
 頂きますようご協力お願い致します。)

名前

平成 29年 11月

日	献立	食材	調味料	日	献立	食材	調味料
13	豆腐の含め煮	豆腐	だし昆布・削り節	6	豆腐のとろ煮	豆腐	だし昆布・削り節
27	野菜の旨煮	玉葱・キャベツ	〃	20	野菜の旨煮	里芋・玉葱	〃
	野菜スープ	ほうれん草・南瓜	〃		野菜スープ	人参・南瓜	〃
(月)	りんごすりすり	りんご		(月)	りんごすりすり	りんご	
14	鮭の旨煮	鮭	だし昆布・削り節	7	鯛の旨煮	鯛	だし昆布・削り節
28	野菜のとろ煮	南瓜・人参	〃	21	野菜のとろ煮	じゃが芋・人参	〃
	野菜スープ	じゃが芋・玉葱	〃		野菜スープ	ほうれん草・玉葱	〃
(火)	ふかし芋	さつま芋		(火)	ふかし芋	さつま芋	
1	麩の含め煮	麩	だし昆布・削り節	8	ささみのとろ煮	ささみ	だし昆布・削り節
15	野菜の含め煮	じゃがいも・玉葱	〃	22	野菜の含め煮	さつま芋・白菜	〃
29	野菜スープ	キャベツ・人参	〃		野菜スープ	小松菜・人参	〃
(水)	りんごすりすり	りんご		(水)	りんごすりすり	りんご	
2	豆腐のとろ煮	豆腐	だし昆布・削り節	9	煮込みうどん	うどん・ほうれん草・玉葱	だし昆布・削り節
16	野菜の旨煮	大根・人参	〃		野菜の旨煮	キャベツ・じゃが芋	〃
30	野菜スープ	白菜・玉葱	〃				
(木)	ふかし芋	さつま芋		(木)	ふかし芋	さつま芋	
17	ささみの含め煮	ささみ	だし昆布・削り節	10	麩の含め煮	麩	だし昆布・削り節
	野菜のとろ煮	さつま芋・ブロッコリー	〃	24	野菜のとろ煮	南瓜・人参	〃
	野菜スープ	ほうれん草・人参	〃		野菜スープ	ブロッコリー・キャベツ	〃
(金)	りんごすりすり	りんご		(金)	りんごすりすり	りんご	
4	赤魚の旨煮	赤魚	だし昆布・削り節	11	鮭の旨煮	鮭	だし昆布・削り節
18	野菜の含め煮	南瓜・じゃが芋	〃	25	野菜の含め煮	里芋・大根	〃
	野菜スープ	チンゲン菜・玉葱	〃		野菜スープ	人参・玉葱	〃
(土)	ふかし芋	さつま芋		(土)	ふかし芋	さつま芋	



後期

名前 _____

食べたことがないものに×印をお願いします。
(給食を提供するまでにご家庭で一度召し上がって
頂きますようご協力お願い致します。)

名前 _____

平成 29年 11月

日	献立	食材	調味料	日	献立	食材	調味料
13	豚肉の炒め物	豚肉・玉葱・青葱・キャベツ・人参	油・砂糖・醤油	6	親子丼	鶏肉・卵・玉葱・人参	砂糖・醤油・片栗粉 だし汁
27	南瓜のみそ汁	豆腐・南瓜・玉葱・わかめ・ほうれん草	だし汁・みそ	20	里芋のみそ汁	豆腐・里芋・水菜・青葱	だし汁・みそ
(月)	果物	りんご		(月)	果物	りんご	
14	鮭の塩焼き	鮭	塩	7	鯛の照り焼き	鯛	砂糖・醤油
28	じゃが芋の煮物	じゃが芋・人参・グリーンピース	油・砂糖・醤油・だし汁	21	大豆とひじきの煮物	大豆・ひじき・人参・いんげん	油・砂糖・醤油・だし汁
	コーンスープ	卵・クリームコーン・白葱	だし汁・塩・片栗粉		じゃが芋のみそ汁	豆腐・じゃが芋・ほうれん草・玉葱	だし汁・みそ
(火)	クッキー	卵・ミックス粉	砂糖・無塩バター	(火)	クッキー	卵・ミックス粉	砂糖・無塩バター
1	肉じゃが	牛肉・じゃがいも・人参・玉葱・グリーンピース	油・砂糖・醤油・だし汁	8	豚肉のケチャップ煮	豚肉・玉葱・ピーマン・人参	砂糖・醤油 片栗粉・ケチャップ
15	キャベツのみそ汁	キャベツ・青葱・玉葱	だし汁・みそ	22	長芋のすまし汁	豆腐・長芋・白菜・小松菜	だし汁・醤油
29	手作りふりかけ	すりごま・青のり	塩				
	15日のみロールパン	ロールパン					
(水)	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト・お菓子・りんごすりすり			ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト・お菓子・りんごすりすり	
2	ナポリタンスパゲティ	豚肉・スパゲティ・玉葱・人参・ピーマン トマトピューレ	油・砂糖・ケチャップ・塩	9	かやくうどん	鶏肉・うどん・玉葱・人参・わかめ・青葱	だし汁・醤油・塩
16	豆腐のすまし汁	豆腐・大根・白菜・わかめ	だし汁・醤油		ほうれん草のじゃこ和え	ほうれん草・キャベツ・人参 ちりめんじゃこ・すりごま	砂糖・醤油
30				(木)	きな粉サンド	きな粉・食パン	砂糖・チューブバター
(木)	きな粉サンド	きな粉・食パン	砂糖・チューブバター				
17	ささみの煮物	ささみ	だし汁・砂糖・醤油	10	牛肉と野菜の煮物	牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース ピーマン	砂糖・醤油・塩・だし汁
	おかか和え	ブロッコリー・人参	醤油・削り粉	24	グリーンサラダ	ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・コーン	塩
	さつま芋のみそ汁	豆腐・さつま芋・玉葱・青葱・ほうれん草	だし汁・みそ				
(金)	果物	りんご		(金)	果物	りんご	
4	赤魚の煮付け	赤魚	砂糖・醤油・だし汁	11	大根と里芋のそぼろ煮	豚ミンチ・里芋・人参・大根・いんげん	砂糖・片栗粉・油 醤油・だし汁
18	南瓜の煮物	南瓜・いんげん・人参	油・砂糖・醤油・だし汁	25	豆腐のみそ汁	豆腐・人参・玉葱	だし汁・みそ
	チンゲン菜のみそ汁	もやし・玉葱・チンゲン菜	だし汁・みそ				
(土)	お菓子			(土)	お菓子		

アレルギー食品:みそ(大豆)醤油(小麦・大豆)豆腐(大豆)ヨーグルト(乳製品)食パン・ロールパン(小麦・大豆・乳製品)ツナ(まぐろ)バター(乳製品)もやし(大豆)スパゲティ(小麦)うどん(小麦)ちりめんじゃこ(魚卵)いんげん(大豆)チューブバター(大豆・乳製品)削り粉(さば)

* 15日のおやつは誕生日会のためおやつにロールパンをいただきます。

完了期献立表

11月



H29年度 香里ヶ丘保育園

日	献立	赤	黄	緑	その他	日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの				血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
13	豚肉の炒め物	豚肉	砂糖・油	玉葱・青葱・キャベツ・人参	醤油	6	親子丼	鶏肉・卵	砂糖・片栗粉	玉葱・人参・三つ葉・干し椎茸	醤油・みりん・削り節
27	舞茸のみそ汁	豆腐・みそ		舞茸・南瓜・玉葱・わかめ・ほうれん草	出し昆布・削り節	20	里芋のみそ汁	豆腐・みそ	里芋	しめじ・水菜・青葱	出し昆布・削り節
(月)	果物			りんご		(月)	果物			りんご	
14	鮭の塩焼き	鮭			塩	7	鯖の竜田揚げ	鯖	小麦粉		醤油
28	じゃが芋の煮物	厚揚げ	じゃがいも・油 砂糖	人参・グリーンピース	醤油・削り節	21	五目豆	大豆・うす揚げ	砂糖・油	ひじき・人参・いんげん	醤油・削り節
	コーンスープ	卵	片栗粉	クリームコーン缶・白葱	出し昆布・削り節・塩		じゃが芋のみそ汁	豆腐・みそ	じゃがいも	ほうれん草・玉葱・切干大根	出し昆布・削り節
(火)	アメリカンクッキー	卵	ミックス粉・砂糖 無塩バター・コーンフレーク	レーズン		(火)	アメリカンクッキー	卵	ミックス粉・砂糖 無塩バター・コーンフレーク	レーズン	
1	肉じゃが	牛肉	じゃがいも・砂糖 こんにゃく・油	人参・玉葱・グリーンピース	醤油・削り節	8	酢豚	豚肉	片栗粉・油 砂糖	玉葱・ピーマン・人参・パイン缶	醤油・酢・ケチャップ
15	キャベツのみそ汁	うす揚げ・みそ		キャベツ・青葱・玉葱	出し昆布・削り節	22	なめこのすまし汁	豆腐	長芋	なめこ・白菜・小松菜	出し昆布・削り節・醤油
29	手作りふりかけ	干しエビ	ごま	青のり・ゆかり							
	15日のみ フルーツサンド	生クリーム	ロールパン・砂糖	みかん缶・パイン缶		(水)	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		
(水)	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖			9	かやくうどん	鶏肉・うす揚げ	うどん	玉葱・人参・わかめ・椎茸・青葱	出し昆布・削り節 醤油・みりん・塩
2	ナポリタンスパゲティ	豚肉	スパゲティ・砂糖 油	玉葱・人参・ピーマン・トマトピューレ	ケチャップ・塩	16	豆腐のすまし汁	豆腐		ほうれん草・キャベツ・人参	醤油
30	きな粉サンド	きな粉	食パン・砂糖 チューブバター	えのき・大根・白菜・わかめ	出し昆布・削り節・醤油	(木)	きな粉サンド	きな粉	食パン・砂糖 チューブバター		
17	ささみフライ	ささみ・卵	小麦粉・パン粉 油		塩	10	カレーシチュー	牛肉・鶏レバー スキムミルク	じゃがいも・バター	玉葱・人参・グリーンピース ピーマン・マッシュルーム	カレーの王子様 ケチャップ
	おかか和え			ブロッコリー・人参	醤油・削り粉	24	グリーンサラダ		マヨドレ	ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・コーン	塩
	さつま芋のみそ汁	豆腐・みそ	さつま芋	玉葱・青葱・ほうれん草	出し昆布・削り節	(金)	果物・チーズ	キャンディーチーズ		オレンジ	
(金)	果物・チーズ	キャンディーチーズ		オレンジ		11	大根と里芋の そぼろ煮	豚ミンチ	里芋・砂糖 片栗粉・油	人参・大根・いんげん	みりん・醤油・削り節
4	赤魚の煮付け	赤魚	砂糖		出し昆布・削り節・醤油	25	三つ葉のみそ汁	豆腐・みそ		人参・椎茸・玉葱・三つ葉	出し昆布・削り節
18	南瓜の煮物		砂糖・油	南瓜・いんげん・人参	醤油・削り節						
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ・みそ		しめじ・もやし・玉葱・チンゲン菜	出し昆布・削り節	(土)	お菓子				
(土)	お菓子										

アレルギー食品:みそ(大豆)醤油(小麦・大豆)うす揚げ(大豆)豆腐(大豆)ヨーグルト(乳製品)厚揚げ(大豆)穀物酢(小麦)バター(乳製品)もやし(大豆)うどん(小麦)スパゲティ(小麦)いんげん(大豆)ミックス粉(小麦)キャンディーチーズ(乳製品)ツナ(大豆・まぐろ)ロールパン・食パン(小麦・乳大豆)生クリーム(乳・大豆)ちりめんじゃこ(魚卵)スキムミルク(乳製品)チューブバター(大豆・乳製品)削り粉(さば)

* 材料の都合により献立を変更することがあります。
* 15日はお誕生日会の為、おやつフルーツサンドをいただきます。