

2026



こんだてひょう

31 (げつ)	今月の郷土料理				1 (ど)
☆おたんじょうびかい☆ チャーハン チキンカツ ブロッコリーのしおゆで サラダ・フルーツ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 457/361kcal	★28日の『ロモ・サルタード』はペルーの料理です。 『ロモ・サルタード』は牛肉と野菜を炒め、フライドポテト、ごはんをともに食べる料理です。 主に中国の広東省からペルーに移住した人たちの間で食べられていた料理がルーツのため、 醤油と酢で味付けするのが特徴です。 ペルーはじゃが芋の原産地であるため、フライドポテトを入れて炒め合わせることも、この料理の特徴です。				イタリアンスパゲティ ポテトサラダ フルーツ 306/267kcal
3 (げつ)	4 (か)	5 (すい)	6 (もく)	7 (きん)	8 (ど)
ごはん きりぼしだいこんのたまごやき トマト さつまいものサラダ フルーツ 431/327kcal	ごはん ハンバーグ レタス ひじきのいために フルーツ 484/379kcal	ごはん マーボーどうふ はるさめなます フルーツ 440/320kcal	ごはん ムニエル ブロッコリーのしおゆで じゃがいものソテー フルーツ 381/287kcal	ごはん カレー・サラダ フルーツ  440/352kcal	ごはん とりにくとうふのみそだき かぼちゃのサラダ フルーツ 440/343kcal
10 (げつ)	11 (か)	12 (すい)	13 (もく)	14 (きん)	15 (ど)
ごはん ちぐさやき いそべポテト みそしる フルーツ 421/332kcal		ごはん とりからあげのサラダふう トマト こまつなごまあえ フルーツ 555/412kcal	ごはん ようふうにくじゃが スパゲティサラダ フルーツ 427/329kcal	ごはん こうやとうふのたまごとし コロコロサラダ フルーツ 416/323kcal	イタリアンスパゲティ ポテトサラダ フルーツ 306/267kcal
17 (げつ)	18 (か)	19 (すい)	20 (もく)	21 (きん)	22 (ど)
ごはん きりぼしだいこんのたまごやき ブロッコリーのしおゆで さつまいものサラダ フルーツ 430/326kcal	ごはん ハンバーグ レタス ひじきのいために フルーツ 484/379kcal	ごはん しろみさかなのあまずあん ほうれんそうのミモザあえ フルーツ 483/350kcal	ごはん マーボーどうふ はるさめなます フルーツ 440/320kcal	パン ムニエル ブロッコリーのしおゆで じゃがいものソテー フルーツ 387/245kcal	ごはん とりにくとうふのみそだき かぼちゃのサラダ フルーツ 440/343kcal
24 (げつ)	25 (か)	26 (すい)	27 (もく)	28 (きん)	29 (ど)
ごはん ちぐさやき いそべポテト みそしる フルーツ 421/332kcal	ごはん さかなのなんばんづけ こふきいも ちゅうかスープ フルーツ 411/320kcal	ごはん とりからあげのサラダふう トマト こまつなごまあえ フルーツ 555/412kcal	ごはん ようふうにくじゃが スパゲティサラダ フルーツ 427/329kcal	パン ★ロモサルタード ほうれんそうのミモザあえ フルーツ 501/319kcal	ごはん こうやとうふのたまごとし コロコロサラダ フルーツ 416/323kcal

*エネルギー表示は 幼児/乳児 kcal となっています。

*仕入れ等の事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。