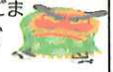




曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	16 30	牛乳 りんご	魚の塩焼き 白和え 麩のすまし汁	鮭・塩 小松菜・人参・豆腐・みそ・ゴマ・砂糖・みりん おふ・わかめ・カイワレ・しめじ・しょうゆ・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳・いちごジャムケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・卵・牛乳・バター・いちごジャム)
火	17 31	牛乳 せんべい	牛肉とごぼうの炒め煮 ほうれん草のシラス和え 大根の味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま ほうれん草・しらす干し・ゴマ・砂糖・しょうゆ 大根・油揚げ・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 みかん 丸ボーロ
水	4 18	牛乳 チーズ	コーンシチュー きゃべちゃバサラダ バナナ	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・ホールコーン・油・バター・シチューの素 きゃべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩・こしょう バナナ	1月4日のみ ごはん パン	牛乳 ココアケーキ (小麦粉・ココア・砂糖・ベーキングパウダー・ 卵・バター)
木	5 19	ヨーグルト	マーボー豆腐 白菜の味噌汁 みかん	チンゲン菜・ピーマン・豆腐・ミンチ・生姜・にんにく・ごま油・みそ・砂糖・しょうゆ 白菜・人参・わかめ・ねぎ・みそ・にぼし みかん	ごはん	牛乳 クリームパン
金	6 20	牛乳 卵ボーロ	かぼちゃのそぼろあん かぶの酢の物 小松菜の味噌汁	かぼちゃ・鶏ミンチ・グリーンピース・玉ねぎ・人参・砂糖・しょうゆ・酒・片栗粉 かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 小松菜・厚揚げ・人参・しめじ・みそ・煮干	ごはん	お茶・七草雑炊 (鶏肉・干し椎茸・ほうれん草・人参 大根・里芋・ごぼう・えのき茸・醤油・塩・煮干)
土	7 21	牛乳 せんべい	どさんこラーメン じゃこ炒め	中華麺・豚肉・しょうが・にんにく・油・きゃべつ・人参・もやし・ホールコーン・葱・みそ・鶏ガラ・ バター・しょうゆ ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油		牛乳 チーズ クラッカー
月	9 (成人の日) 23	牛乳 パイン缶	鮭のみそバター焼き 春雨の酢の物 白菜のコトコトスープ	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ 春雨・きゅうり・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・しょうゆ 白菜・ジャガイモ・ベーコン・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 プリン (プリンの素・牛乳・水)
火	10 24	ヨーグルト	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ かきたまスープ	鶏肉・しょうが・にんにく・醤油・塩・こしょう・油・片栗粉・揚げ油 カリフラワー・ブロッコリー・ホールコーン・ベーコン・マヨネーズ エノキ・玉ねぎ・人参・葱・卵・しょうゆ・塩・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ かりんとう
水	11 (鏡開き) 25	牛乳 塩せんべい	カレー ひじきとチーズのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールー・にんにく・りんご ひじき・しらす・人参・胡瓜・チーズ・ゴマ・ゴマ油・酢・醤油・砂糖 りんご	ごはん	お茶 ぜんざい (小豆・砂糖・塩・あられ)
木	12 26	牛乳 ビスコ	魚と野菜の甘酢あん 小松菜の胡麻サラダ わかめの味噌汁	白身切り身・生姜・酒・しょうゆ・片栗粉・しいたけ・玉ねぎ・人参・ピーマン・砂糖・酢 小松菜・人参・コーン・ゴマ・マヨネーズ わかめ・豆腐・ねぎ・えのき・みそ・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト
金	27	牛乳 クラッカー	おでん 白菜のおかか和え みかん	卵・さつま揚げ・鶏肉(手羽中)・人参・大根 白菜・チンゲン菜・人参・かつおぶし・しょうゆ みかん	ごはん	お茶 わかめおにぎり (米・わかめごはんの素)
土	14 28	牛乳 コーンフレーク	中華丼 胡瓜とちくわの酢の物	豚肉・イカ・エビ・人参・椎茸・白菜・たけのこ・葱・砂糖・醤油・ゴマ油・鶏がら きゅうり・わかめ・ちくわ・ゴマ・酢・醤油・砂糖	ごはん	牛乳 バナナ
誕生会	13	飲むヨーグルト	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ・きゃべつサラダ すまし汁・果物	ちりめん・干し椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・竹の子・かまぼこ・砂糖・醤油・煮干・だし昆布・砂糖・酢・塩・ごま 鶏肉・生姜・みりん・醤油・片栗粉・油 / 胡瓜・ロースハム・きゃべつ・マカロニ・マヨネーズ おふ・乾燥わかめ・葱・醤油・煮干 / いちご		牛乳 ブドウゼリー



★都合によりメニューの変更があります。ご了承ください。