



こんだてひょう



令和4年1月

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	食料	主食	3時 おやつ
月	17 31	牛乳 りんご	魚のチーズ焼き おかか和え・果物 豆腐スープ	鮭切り身・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・醤油・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン 白菜・ほうれん草・人参・かつお節・醤油/いちご 豆腐・人参・にら・醤油・(乾)若布・鶏がら	ごはん スキムミルク・バター・砂糖・卵・黄桃缶	牛乳・ピーチケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー
火	4 18	牛乳 せんべい	コーンシチュー ウインナー きやべきやべサラダ	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・コーン缶・油・バター・小麦粉 ウインナー/牛乳・塩・こしょう・鶏がら きやべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩・こしょう	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
水	5 19	牛乳 卵ボーロ	南瓜のそぼろあん かぶの酢の物 小松菜のみそ汁	南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉ねぎ・人参・油・砂糖・醤油・酒・片栗粉・だし汁 かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 小松菜・人参・厚揚げ・しめじ茸・玉ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・イチゴのマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー 卵・砂糖・イチゴジャム・バター・豆乳
木	6 20	飲む ヨーグルト	揚げ魚のごま和え 添え野菜 大根のみそ汁	白身魚・塩・酒・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・白ごま・レモン汁 レタス・トマト・マヨネーズ 大根・厚揚げ・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ おかき
金	7	牛乳 棒チーズ	鶏肉のマーマレード焼き スパゲティサラダ 豆乳スープ	鶏肉・マーマレード・醤油・ワイン ツナ缶・胡瓜・人参・サラダスパゲティ・マヨネーズ・サラダ菜 豆乳・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ベーコン・コーン缶・パセリ・コンソメ・塩・こしょう	ごはん	お茶・七草雑炊 米・鶏肉・干椎茸・人参・大根 ほうれん草・里芋・ごぼう・えのき茸・醤油・塩・煮干し
土	8 22	牛乳 クラッカー	どさん子ラーメン 果物 じゃこ炒め	中華麺・豚肉・生姜・にんにく・油・きやべつ・人参・もやし・コーン缶・葱・みそ・ みかん/バター・醤油・鶏がら ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油		牛乳 リングドーナッツ
月	24	牛乳 えびせん	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ・にんにく・りんご ひじき・砂糖・醤油・しらす干し・人参・胡瓜・プロセスチーズ りんご/ごま・ごま油・酢・醤油・塩・砂糖	ごはん	牛乳・プリン プリンの素・牛乳・水 ウエハース
火	11 25	牛乳 ビスコ	みそおでん ほうれん草ともやしのごま和え 果物	卵・さつま揚げ・鶏手羽中・人参・大根・刻み昆布・みそ・砂糖・醤油・煮干し ほうれん草・もやし・人参・ごま・砂糖・醤油 オレンジ	ごはん	お茶・煮豆 金時豆・ざらめ・塩 せんべい
水	12 26	プレーン ヨーグルト	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ 野菜スープ	鶏肉・生姜・にんにく・醤油・塩・こしょう・酒・片栗粉 ブロッコリー・カリフラワー・コーン缶・ベーコン・マヨネーズ きやべつ・玉ねぎ・人参・(乾)若布・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・メロントースト 食パン・ホットケーキミックス・牛乳 バター・砂糖・スキムミルク・レモン汁・グラニュー糖
木	13 27	牛乳 丸ぼうろ	鮭のみそバター焼き 春雨の酢の物 中華スープ/果物	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・醤油・生姜 春雨・胡瓜・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 玉ねぎ・人参・にら・生椎茸・醤油・ごま油・塩・こしょう・鶏がら/みかん	ごはん	お茶・みるくっこ 牛乳・砂糖・片栗粉 きな粉・砂糖・塩
金	14 28	牛乳 パイン缶	牛肉とごぼうの炒め煮 白菜とりんごのサラダ 豆腐のみそ汁	牛肉・ごぼう・人参・インゲン・干椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま 白菜・人参・りんご・砂糖・酢・塩・油 豆腐・人参・しめじ茸・玉ねぎ・葱・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・じゃこいりいも天 さつま芋・ちりめんじゃこ・卵 小麦粉・塩・青のり・油
土	15 29	牛乳 コーンフレーク	中華丼 胡瓜とちくわの酢の物 果物	豚肉・イカ・むきえび・人参・生椎茸・白菜・ゆで竹の子・葱・砂糖・塩 バナナ/ごま油・片栗粉・鶏がら 胡瓜・(乾)若布・ちくわ・ごま・酢・砂糖・醤油	ごはん	牛乳 ミニクリームパン
誕生会	21	牛乳 棒チーズ	炊き込みご飯・添え野菜 鶏の竜田揚げ・ポテトサラダ かきたま汁・果物	ちりめん・干椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・インゲン・みりん・醤油・だし汁/レタス 鶏肉・生姜・酒・醤油・片栗粉/じゃが芋・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう 卵・えのき茸・(乾)若布・葱・醤油・煮干し/いちご		牛乳 チーズ蒸しパン

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。

