



1月 こんだてひょう



| 曜日 | 日 | 朝の未満児おやつ | 副食 | 材 料 | 主食 | 3時 おやつ |
|-----|----------|-------------|---------------------------------------|--|----|--|
| 月 | 25 | ヨーグルト | コーンシチュー キャベツサラダ ウインナー | 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・ホールコーン・バター・小麦粉・牛乳 きゃべつ・人参・ミカン缶・酢・油・砂糖・醤油・塩P /塩P・鶏がら ウインナー | | 牛乳 リンゴ ミニサラダせんべい |
| 火 | 12 26 | 牛乳 バナナ | 千切り大根の含め煮 おからサラダ 小松菜の味噌汁 | ツナ缶・千切り大根・インゲン・人参・油揚げ・干し椎茸・油・砂糖・醤油 おから・ロースハム・きゅうり・卵・油・マヨネーズ・塩P/みりん・だし汁 小松菜・しめじ茸・玉葱・味噌・煮干し | | お茶 ワカメうどん うどん・ワカメ・鶏肉・醤油・みりん |
| 水 | 13 27 | 牛乳 せんべい | 揚げ魚の胡麻和え レタス・ミニトマト 白菜のコトコトスープ | 白身魚・塩・酒・片栗粉・揚げ油・醤油・砂糖・ごま油・葱・白ごま レタス・ミニトマト 白菜・じゃが芋・ベーコン・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩P・鶏がら | | カップヨーグルト ウエハース |
| 木 | 14 28 | 牛乳 卵ボーロ | 味噌おでん ほうれん草のすまし汁 果物(みかん) | ウズラ卵・さつま揚げ・鶏手羽肉・人参・大根・昆布・味噌・砂糖・醤油・だし汁 豆腐・えのき茸・ほうれん草・人参・醤油・塩・煮干し みかん | | 牛乳 ココアケーキ (白玉粉・小麦粉・ココア・BP・卵・バター・砂糖) |
| 金 | 15 29 | 牛乳 いちご | 五目きんぴら 煮豆 南瓜の味噌汁 | 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 金時豆・砂糖・塩 南瓜・もやし・油揚げ・ねぎ・味噌・煮干し | | 牛乳 ポリポリお芋 さつま芋・かえりいりこ・小麦粉・卵・塩・青海苔・油 |
| 土 | 16 30 | 牛乳 ビスケット | 七草すいとん もやしのじゃこ炒め 果物(みかん) | 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 もやし・ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油 /卵・煮干し みかん | | 牛乳 スティックパン |
| 月 | 4 18 | 牛乳 クラッカー | カレー コーンとワカメのサラダ 果物(いちご) | 豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・油・バター・カレールー ホールコーン・カット若布・ツナ缶・レモン汁・人参・きゅうり・油・酢・塩P いちご /砂糖・醤油 | | 牛乳 チーズ ビスコ |
| 火 | 5 19 | 牛乳 あられ | 南瓜のそぼろあん さっぱり酢の物 ワカメスープ | 南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉葱・油・砂糖・醤油・酒・片栗粉・だし汁 大根・きゅうり・人参・しらす干し・塩・酢・レモン汁・砂糖・醤油 カット若布・えのき茸・人参・葱・醤油・みりん・煮干し | | 牛乳 ホットケーキ 小麦粉・BP・砂糖・卵・牛乳・バター・ジャム |
| 水 | 6 20 | ヨーグルト | 魚の磯辺揚げ 雪山みたいなサラダ 具たくさん味噌汁 | 魚の切り身・塩P・小麦粉・卵・青海苔・油 ブロッコリー・カリフラワー・ホールコーン・ベーコン・マヨネーズ じゃが芋・油揚げ・白菜・人参・葱・味噌・煮干し | | 牛乳 バナナ ビスケット |
| 木 | 7 21 | 牛乳 クッキー | ひじき豆腐 イカの酢味噌和え にゅうめん・果物(苺) | 合いびき肉・ひじき・豆腐・玉葱・人参・ピーマン・油・砂糖・醤油・塩・酒 いか・きゅうり・カット若布・味噌・砂糖・ごま・酢・塩 ソーメン・干し椎茸・三つ葉・人参・醤油・みりん・煮干し 苺 | | 牛乳 お好み焼き 小麦粉・キャベツ・卵・山芋・豚肉・えび・ケチャップ・ソース・かつお節・のり |
| 金 | 22 | 牛乳 チーズ | 魚の塩焼き おかか和え けんちん汁 | 魚・塩 白菜・ほうれん草・人参・かつお節・醤油・だし汁 鶏肉・大根・里芋・ごぼう・人参・生椎茸・油揚げ・葱・醤油・煮干し・片栗粉 | | お茶 ぜんざい 小豆・砂糖・塩・あられ |
| 土 | 9 23 | 牛乳 おかき | シーフードナポリタンスパ オニオンスープ | スパゲティ・ムキ海老・いか・ベーコン・玉葱・人参・ピーマン・マッシュルーム 玉葱・人参・卵・パセリ・醤油・鶏がら・塩P/油・ケチャップ・粉チーズ・バター | | 牛乳 クロワッサン |
| 誕生会 | 8 | 牛乳 ビスケット | ちらし寿司 魚の竜田揚げ・きゃべつサラダ かき卵汁・果物(苺) | 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・煮干し 白身魚・生姜・みりん・片栗粉・醤油・油 /だし昆布・砂糖・酢・塩・ごま /苺 胡瓜・ロースハム・きゃべつ・マヨネーズ 卵・えのき茸・ワカメ・葱・煮干し・醤油 | | 牛乳 クリームパン |



★都合によりメニューの変更があります。ご了承ください。

