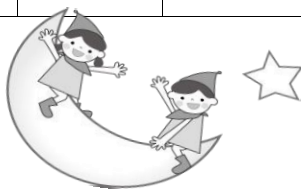


| 日・曜 | 献立 | | 材 料 名 | | | 3時おやつ |
|---------|--|------------------------------------|----------------|---------------------------------|--|---|
| | 【にじうみ・たいよう・そら】 | 【ほし・つき】 | 熱や力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの・調味料 | 材料 |
| 2 月 | 筑前煮 三色おひたし みそ汁 | 筑前煮 三色おひたし みそ汁 | ごはん | 鶏肉 油揚げ | 人参・ごぼう・レンコン こんにゃく・干しいたけ きゅうり・きやべつ・人参 かつお節・いわし削り節 チンゲン菜・しめじ・みそ | 牛乳 きやべつとウインナー のケーキ きやべつ・ウインナー ホットケーキミックス 卵・牛乳・マヨネーズ |
| 3 火 | 山吹サラダ クリームシチュー 【持ち物 スプーン】 りんご | 山吹サラダ クリームシチュー りんご | ロールパン スパゲティ | ハム・たまご 鶏肉 | きゅうり・人参・マヨネーズ じゃがいも・人参・玉ねぎ・しめじ・パセリ コーン缶・クリームシチューの素・牛乳 | 牛乳 あおりのラスク 食パン・バター 青のり・ゴマ |
| 4 水 | まぐろのトマト煮 酢のもの 牛乳 白菜とハムのスープ | まぐろのトマト煮 酢のもの 白菜とハムのスープ | ごはん マカロニ | まぐろ ちりめん干し ハム | 玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト缶 しめじ・ケチャップ・コンソメ きゅうり・わかめ・酢・砂糖・しょうゆ 白菜・あさつき・コンソメ | お茶 おにぎり ごはん かつお節 |
| 5 木 |  肉じゃが 和風サラダ みそ汁 | 肉じゃが 和風サラダ みそ汁 | ごはん じゃがいも | 豚肉 カニカマ 豆腐 | 玉ねぎ・人参・糸こんにゃく いんげん・砂糖・しょうゆ・酒 キヤベツ・きゅうり 酢・砂糖・しょうゆ わかめ・みそ | 牛乳 お好み焼き (桜エビ) きやべつ・桜エビ 小麦粉・小麦粉・ソース 卵・青のり・マヨネーズ |
| 6 金 | 五目豆 ちくわの磯辺揚げ 牛乳 みそ汁 | 五目豆 ちくわの磯辺揚げ みそ汁 | ごはん | 大豆・鶏こま肉 ちくわ ・小麦粉 油揚げ | 人参・ごぼう・こんにゃく・昆布 青のり きやべつ・あさつき・みそ | お茶 じゃがチーズ じゃがいも・チーズ 片栗粉 |
| 7 土 |  冬まつり 煮込みうどん | 煮込みうどん | うどん | 鶏こま肉 | 大根・白菜・人参・しょうゆ・しいたけ | 有り |
| 9 月 | 鶏肉の照り焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 | 鶏肉の照り焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 | ごはん じゃがいも | 鶏むね肉 くろはんぺん 油揚げ | 酒・しょうゆ・片栗粉 ひじき・人参・玉ねぎ 干しいたけ・いんげん 長ネギ・みそ | 牛乳 スイートポテト さつまいも・卵・牛乳 バター・小麦粉・砂糖 |
| 10 火 | 鮭の塩焼き マゼドアンサラダ みそ汁・バナナ | 鮭の塩焼き マゼドアンサラダ みそ汁・バナナ | ごはん じゃがいも | 鮭 ハム 豆腐・油揚げ | 人参・きゅうり・コーン缶・マヨネーズ チンゲン菜・みそ | 牛乳 ジャムサンド 食パン・いちごジャム |
| 11 水 | 酢 豚 もやしと青菜のナムル 牛乳 ニラ玉スープ | 鶏肉と野菜のトマト煮 もやしと青菜のナムル ニラ玉スープ | ごはん じゃがいも | (幼児) 豚小間肉 (乳児) 鶏のさき身肉 たまご | 玉ねぎ・にんじん・たけのこ・パイン缶 干しいたけ・酒・ケチャップ・ 砂糖・コンソメ もやし・ほうれん草・ごま・ゴマ油 ニラ・コンソメ | お茶 フルーツポンチ(白玉入り) フルーツヨーグルト(乳児) みかん缶・バナナ・リンゴ パイン缶・白玉粉 ヨーグルト(乳児) |
| 12 木 |  ポークビーンズトマト味 コールスローサラダ 寒天ゼリー | ポークビーンズトマト味 コールスローサラダ 寒天ゼリー | ごはん ジャガイモ | 豚肉 大豆 | 玉ねぎ・人参・トマト・しめじ コンソメ・トマト缶・ハヤシライスルー きやべつ・人参・コーン缶・マヨネーズ | 牛乳 リンゴケーキ ホットケーキミックス リンゴ・卵・牛乳 |
| 13 金 | さんまのごま焼き さつまいものドレッシングサラダ みそ汁 | さんまのごま焼き さつまいものドレッシングサラダ みそ汁 | ごはん さつまいも | さんま たまご 豆腐 | ごま・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉 人参・いんげん・酢・さとう・しょうゆ わかめ・長ネギ・みそ | お茶 マカロニナポリタン マカロニ・玉ねぎ ツナ缶・トマトケチャップ |
| 14 土 | ジャージャー麺 わかめともやしのみそ汁 | ジャージャー麺 わかめともやしのみそ汁 | ビーフン | 豚ひき肉 | 玉ねぎ・人参・ピーマン・きゅうり もやし・わかめ・みそ | お茶 蒸しパン (レーズン) 蒸しパンミックス レーズン |

材料の仕入れにより
変更する場合があります。

ご了承ください。



| 日・曜 | 献 | 立 | 材 料 名 | | | 3時おやつ |
|---------------|---|---|---------------------|------------------------|---|---|
| | | | 熱や力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの・調味料 | |
| | 【にじうみ・たいよう・そら】 | 【ほし・つき】 | | | | 材料 |
| 16 月 | マーボー豆腐 三色野菜 ふとえのきのみそ汁 | マーボー豆腐 三色野菜 みそ汁 | ごはん ふ | 豚ひき肉 豆腐 | 玉ねぎ・人参・ニラ・干しいたけ・コンソメ ・生姜・にんにく・しょうゆ・テンメンジャン きゃべつ・きゅうり・人参 砂糖・酢・しょうゆ えのき・あさつき・みそ | 牛乳 蒸しまんじゅう (さつまいもあん) 小麦粉・砂糖 さつまいも |
| 17 火 | 白身魚のマヨネーズ焼き 切り干し大根 豆腐のみそ汁・みかん | 白身魚のマヨネーズ焼き 切り干し大根 豆腐のみそ汁・みかん | ごはん ごはん | 白身魚 ちくわ 豆腐 | コーン・マヨネーズ 切り干し大根・玉ねぎ・人参 いんげん・干しいたけ わかめ・あさつき・みそ | 牛乳 大学芋 さつまいも 砂糖・しょうゆ・片栗粉 |
| 18 水 牛乳 | パプリカライス 鶏のから揚げ・じゃがバター添え 野菜スープ | パプリカライス 鶏のから揚げ・じゃがバター添え 野菜スープ | ごはん じゃがいも 小麦粉 | 鶏むね肉 | パプリカ・ピーマン・玉ねぎ・コンソメ バター・青のり きゃべつ・人参・玉ねぎ・しめじ・コンソメ | お茶 みつ団子 (乳児)みつうどん 白玉粉・上新粉 砂糖・しょうゆ・片栗粉 |
| 19 木 |  | 炊き込みご飯 厚焼き卵焼き 実だくさんのみそ汁 | ごはん さつまいも | ツナ缶 鶏ひき肉・たまご 油揚げ | 人参・しめじ・しょうゆ 玉ねぎ・だし醤油 大根・わかめ・みそ | 牛乳 安倍川マカロニ マカロニ・きな粉 砂糖 |
| 20 金 牛乳 | 【1号児 11:30降園】 ピーフン入り野菜炒め 金時豆 大根のみそ汁 | ピーフン入り野菜炒め 金時豆 大根のみそ汁 | ビーフン | 豚肉 油揚げ | きゃべつ・人参・玉ねぎ・きくらげ ピーマン・コンソメ きんとき豆・砂糖・しょうゆ 大根・わかめ・みそ | お茶 揚げリンゴパイ リンゴ・春巻きの皮 砂糖 |
| 23 月 | 野菜カレー (持ち物・スプーン) 大根サラダ 寒天ゼリー(みかん) | 野菜カレー 大根サラダ 寒天ゼリー(みかん) | ごはん ジャガイモ | 豚肉 ハム | 玉ねぎ・人参・トマト缶・しめじ かぼちゃ・カレールウ 大根・人参・きゅうり・レタス 砂糖・酢・ゴマ油・サラダ油 寒天ゼリー・ミカン缶 | 牛乳 コーンフレークスナック おやつ小魚 コーンフレーク・マシュマロ いわし・ゴマ・砂糖・ しょうゆ |
| 24 火 | 【2号児・預かり】 肉豆腐 かぼちゃのサラダ もやしとチンゲン菜のみそ汁 りんご | 肉豆腐 かぼちゃのサラダ もやしとチンゲン菜のみそ汁 りんご | ごはん かぼちゃ | 豚ひき肉 焼き豆腐 ハム | 玉ねぎ・えのきだけ・ねぎ・しょうゆ・砂糖・みりん きゅうり・レーズン・マヨネーズ もやし・チンゲン菜・みそ | お茶 フルーツヨーグルト ヨーグルト・ミカン缶 パイン缶・バナナ コーンフレーク |
| 25 水 牛乳 | 【2号児・預かり】 ミートローフ 野菜のトマト煮 白菜のスープ・くだもの | ミートローフ 野菜のトマト煮 白菜のスープ・くだもの | ごはん | 豚ひき肉 | 玉ねぎ・コーン缶 玉ねぎ・じゃがいも・にんじん・トマト缶 ・しめじ・パプリカ・ピーマン・鶏ガラだし・にんにく 白菜・えのき・あさつき | お茶 カップケーキ ホットケーキミックス 卵・牛乳 バター・生クリーム |
| 26 木 | 【希望保育】 焼きうどん みそ汁 くだもの | 焼きうどん みそ汁 くだもの | ごはん うどん | 豚肉 | きゃべつ・人参・玉ねぎ・かつお節・粉末ソース しめじ・えのき・あさつき・みそ | 牛乳 じゃがバター じゃがいも・バター あおのり |
| 27 金 牛乳 | 【希望保育】 ロールサンド(たまご・ウインナー) かぼちゃのポタージュスープ ミニゼリー | ロールサンド(たまご・ウインナー) かぼちゃのポタージュスープ ミニゼリー | ロールパン かぼちゃ | たまご・ウインナー 牛乳 | きゃべつ・きゅうり・マヨネーズ 玉ねぎ・パセリ コンソメ | お茶 クッキー (市販) 小麦粉・卵・牛乳 バター・砂糖 |

