
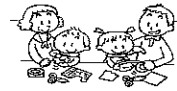




1 月 献 立 表

明 照 保 育 園

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
5 火	【おめでどう会:12時降園】 そばろどんぶり みそ汁 フルーツゼリー 麦ごはん	米 麦 さとう かたくり粉 油 フルーツゼリー	鶏ひき肉 卵 豆腐 細目のり生わかめ 煮干し	さやえんどう たまねぎ しめじ 栗ねぎ	牛 乳 ビスケット	 牛 乳 フルーツカステラ
6 水	ミートボールのトマト煮 ツナサラダ ごはん	米 パン粉(乾燥) じゃがいも さとう 油 サラダ油	豚ひき肉 牛乳 卵 ツナ缶	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) しめじ キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン缶	牛 乳 おこし	牛 乳 フルーツカステラ
7 木	いかと里芋の煮付け 白みそ汁 ごはん	米 さといち さとう	いか 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	だいこん にんじん たけのこ缶 さやえんどう しめじ 栗ねぎ	牛 乳 パイ菓子	ヨーグルト のり巻きせんべい
8 金	ツナサラダサンド 豆乳スープ チーズ 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ	ツナ缶 鶏もも肉 豆乳 チーズ	赤ピーマン コーングリーンピース(冷凍) たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	牛 乳 ぼんせんべい	【鏡開き】 お 茶 ★ぜんざい
9 土	【父親保育参加】 げんきにあそぼ (おみやげ)				フルーツゼリー せんべい	
12 火	魚の味噌煮 けんちん汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 豆腐 油揚げ 削り節	しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 栗ねぎ	牛 乳 ウエハース	豆 乳 あられ
13 水	ゆかりごはん ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	ひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 削り節 生わかめ	ゆかり粉 にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ だいこん 栗ねぎ	牛 乳 ごませんべい	野菜果汁 ★りんごドーナツ
14 木	高野豆腐の漬け揚げ 中華スープ ロールパン	バターロール さとう ごま油 小麦粉 かたくり粉 油	高野豆腐 ベーコン 卵 鶏胸肉	たまねぎ コーン缶 根菜ねぎ もやし はくさい にんじん さやえんどう	発酵乳 塩せんべい	お 茶 ★五平餅
15 金	すきやき 合わせみそ汁 ごはん	米 糸こんにゃく 油 さとう さつまいも	牛肉 焼き豆腐 削り節	はくさい にんじん えのきたけ 根菜ねぎ たまねぎ ほうれんそう	牛 乳 あられ	牛 乳 あんまき
16 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 せんべい	
18 月	パティシャパ (平) かき玉スープ バターロール	バターロール スパゲティ 油 かたくり粉	豚ひき肉 粉チーズ 卵	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ しめじ パセリ	牛 乳 ビスケット	ヤクルト ★ごぼうチップス みかん
19 火	魚の味噌煮 けんちん汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 豆腐 油揚げ 削り節	しょうが にんじん だいこん ごぼう 干し椎茸 栗ねぎ	牛 乳 ウエハース	豆 乳 あられ
20 水	さつま揚げ 春雨スープ チーズ クロロール	クロロール さとう かたくり粉 油 はるさめ(惣) ごま油	いわしすり身 豆腐 卵 ひじき 豚もも肉 チーズ	しょうが 栗ねぎ にんじん もやし たまねぎ たけのこ缶 さやえんどう 干し椎茸	牛 乳 クッキー	りんご おかき
21 木	いかと里芋の煮付け 白みそ汁 ごはん	米 さといち さとう	いか 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し	だいこん にんじん たけのこ缶 さやえんどう しめじ 栗ねぎ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 ★ピザ風蒸しパン
22 金	シーフードカレー マカロニサラダ 味付け煮干 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 マカロニ マヨネーズ	ツナ缶 いか ちきりひ スキムミルク ローズハム 味付け煮干	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) きゅうり 赤ピーマン コーン缶	牛 乳 おかき	お 茶 ★ぜんざい
23 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 せんべい	
25 月	鶏肉の照り煮 白菜のスープ煮 ミルクロール	ミルクロール さとう	鶏もも肉 ベーコン	もやし はくさい たまねぎ にんじん しめじ パセリ	牛 乳 クッキー	りんごジュース ★手作りラスク
26 火	冬野菜のなかよし煮 納豆あえ 麦ごはん	米 麦 さといち 板こ んにゃく 油 さとう	鶏もも肉 納豆 花かつお	にんじん ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう もやし	牛 乳 おこし	牛 乳 塩せんべい
27 水	【誕生会】 里芋とベーコンの混ぜご飯 魚のレモン風味 わかめスープ ごはん	米 さといち 油 バター かたくり粉 さとう 白ごま	ベーコン 白身魚 生わかめ	栗ねぎ レモン(果汁,生) もやし えのきたけ だいこん にんじん	牛 乳 ぼんせんべい	オレンジジュース ケーキ
28 木	高野豆腐の漬け揚げ 中華スープ ロールパン	ロールパン さとう ま油 小麦粉 かたくり粉 油	高野豆腐 ベーコン 卵 鶏胸肉	たまねぎ コーン缶 根菜ねぎ もやし はくさい にんじん さやえんどう	発酵乳 ごませんべい	お 茶 ★みそ煮おでん
29 金	すきやき 合わせみそ汁 ごはん	米 糸こんにゃく 油 さとう さつまいも	牛肉 焼き豆腐 削り節	はくさい にんじん えのきたけ 根菜ねぎ たまねぎ ほうれんそう	牛 乳 あられ	野菜果汁 ★りんごドーナツ
30 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛 乳 塩せんべい	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

