

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 木	【おめでとう会・12時降園】 そばろどんぶり みそ汁 フルーツゼリー ごはん	米 さとう かたくり粉 油 さといも フルーツゼリー	鶏ひき肉 卵 刻みのり 豆腐 削り節	グリーンピース(冷凍) だいこん にんじん 葉ねぎ	牛 乳 ぼんせんべい	
6 金	トマトポトフ キャベツソテー チーズ ロールパン	ロールパン ジャがいも 油	ベーコン ツナ缶 チーズ	たまねぎ にんじん にんにく パセリ トマト缶(ホール) キャベツ しめじ コーン缶	牛 乳 あられ	みかん クッキー
7 土	【保育参加】 げんきにあそぼ (おみやげ)				フルーツゼリー 塩せんべい	
10 火	トマトソースハンバーグ コンソメスープ レズンロール	レズンロール パン粉(乾燥) かたくり粉 油 ジャがいも	豚ひき肉 豆腐 卵	たまねぎ キャベツ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 ★みそ蒸しパン
11 水	八宝菜 ツナあえ ごはん	米 油 かたくり粉 ごま油 すりごま(白) さとう	豚もも肉 いが むきえび うすら卵 ツナ缶 生わかめ	にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ たけのこ缶 干し椎茸 もやし きゅうり	牛 乳 ビスケット	【鏡開き】 お 茶 ★ぜんざい
12 木	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 葉ねぎ	牛 乳 ごませんべい	★クリーミーミルク クラッカー
13 金	グラタン風シチュー ハムサラダ クロロール	クロロール さとう 油 サラダ油 バター 白ごま 小麦粉 パン粉(乾燥) マカロニ	鶏もも肉 むきえび 生クリーム チーズ スキムミルク ロースハム	パセリ にんじんたまねぎ キャベツ コーン缶	りんごジュース ウエハース	牛 乳 おかき
14 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 クッキー	
16 月	肉じゃが みそ汁 麦ごはん	米 麦 ジャがいも 糸こんにゃく 油 さとう	豚もも肉 豆腐 削り節	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース(冷凍) こまつな	牛 乳 クラッカー	牛 乳 かりんとう
17 火	ハムカツサンド 鶏肉と野菜の加スープ 煮 ヨーグルト 食パン	食パン 小麦粉 油 パン粉(乾燥) ジャがいも	ロースハム 卵 鶏もも肉 ヨーグルト	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 ★フレークバー
18 水	あんかけ炒飯 中華スープ フルーツゼリー ごはん	米 油 かたくり粉 フルーツゼリー	豚ひき肉 むきえび ベーコン 生わかめ	コーン缶 葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじはくさい もやし	牛 乳 おかき	みかん クッキー
19 木	冬野菜のなかよし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん ごぼう れんこん グリーンピース(冷凍) 干し椎茸 葉ねぎ えのきだけ	牛 乳 クッキー	お 茶 ★ピザ風蒸しパン
20 金	【誕生会】 インディアンライス ささみの磯辺揚げ 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 かたくり粉	豚ひき肉 鶏ささ身 あおのり ウィナー	たまねぎ 赤ピーマン もやし グリーンピース(冷凍) にんじん キャベツ パセリ コーン缶	発酵乳 ぼんせんべい	紅 茶 ケーキ
21 土	【なかよし保育】 和風スパゲティ 発酵乳	スパゲティ バター	鶏もも肉 刻みのり 発酵乳	にんにく たまねぎ しめじ えのきだけ 大葉	牛 乳 かりんとう	
23 月	あんかけうどん 豚肉のみそ炒め ごはん	米 干しうどん(乾) かたくり粉 油 さとう	かまぼこ 油揚げ 削り節 豚もも肉	にんじん はくさい しめじ 根菜ねぎ しょうが たまねぎ	牛 乳 パイ菓子	プリン おかき
24 火	トマトソースハンバーグ コンソメスープ バターロール	バターロール パン粉(乾燥) かたくり粉 油 ジャがいも	豚ひき肉 豆腐 卵	たまねぎ キャベツ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 チーズ菓子	牛 乳 ★スイートポテト
25 水	カレーライス マカロニサラダ ごはん	米 油 ジャがいも 小麦粉 バター マカロニ マヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク ツナ缶	にんにく しょうが たまねぎ にんじん コーン缶 きゅうり グリーンピース(冷凍) キャベツ	お 茶 ビスケット	お 茶 ★ぜんざい
26 木	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 葉ねぎ	牛 乳 ごませんべい	★クリーミーミルク クラッカー
27 金	グラタン風シチュー ハムサラダ クロロール	クロロール さとう 油 サラダ油 バター 白ごま 小麦粉 パン粉(乾燥) マカロニ	鶏もも肉 むきえび 生クリーム チーズ スキムミルク ロースハム	パセリ にんじんたまねぎ キャベツ コーン缶	りんごジュース ウエハース	お 茶 ★五平餅
28 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 ビスケット	
30 月	肉じゃが みそ汁 麦ごはん	米 麦 ジャがいも 糸こんにゃく 油 さとう	豚もも肉 豆腐 削り節	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース(冷凍) こまつな	牛 乳 かりんとう	牛 乳 のり巻きせんべい
31 火	いり豆腐 みそ汁 ごはん	米 油 さとう 卵	しほり豆腐 かまぼこ 卵 ひじき 生わかめ 削り節	たまねぎ にんじん ほうれんそう 干し椎茸 はくさい だいこん 葉ねぎ	牛 乳 塩せんべい	発酵乳 ★サーターアンダギー

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♪

