

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	
2月	関東煮 豆と魚のごまがらめ ごはん	米 板こんにゃく かたくり粉 油 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 削り節 だしこんぶ 大豆(水煮) たつくり	にんじん だいこん	牛乳 かりんとう	発酵乳 カステラ	
3火	えびとにらの炒り豆腐 わかめスープ レーズンロール	レーズンロール 油 さとう ごま油	むきえび 豆腐 卵 生わかめ	にんじん たまねぎ にら 干し椎茸 えのきだけ もやし	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 開口笑	
4水	マーボー豆腐 中華サラダ ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 白ごま	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ キャベツ みかん缶 きゅうり	牛乳 卵ボーロ	りんご あられ	
5木	あんかけ炒飯 中華スープ 麦ごはん	米 麦 油 かたくり粉	卵 豚ひき肉 むきえび パーコン	葉ねぎ たまねぎ にんじん しめじ はくさい さやえんどう	オレンジジュース おこし	牛乳 肉まん	
6金	グラタン風シチュー りんごサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 さとう バター 小麦粉(パン粉)(乾燥) マカロニ サラダ油	鶏もも肉 むきえび 生クリーム チーズ	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ りんご きゅうり コーン缶	牛乳 コーンフレーク	お茶 ラップおにぎり	
7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 あられ	
9月	チーズとパインのサンド パンキンクスープ ーロゼリー 食パン	食パン マーガリン バター ーロゼリー	スライスチーズ 鶏胸肉	パイン缶 かぼちゃ にんじん たまねぎ パセリ	牛乳 おかき	豆乳 ビスケット	
10火	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 ロースハム	にんにく きゅうり しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 パイ菓子	牛乳 スイートポテト	
11水	揚げ肉のインド煮 ひじきのみそマヨサラダ クロロール	クロロール かたくり粉 油 じゃがいも さとう すりごま(白) マヨネーズ	豚もも肉 ちくわ ひじき	にんじん たまねぎ グリーンピース(冷凍) れんこん ほうれんそう コーン缶	牛乳 のり巻きせんべい	みかん 塩せんべい	
12木	【誕生会】混ぜごはん 魚のごま竜田揚げ すまし汁 ごはん	米 糸こんにゃく さとう かたくり粉 白ごま 油	鶏もも肉 油揚げ さかな 豆腐 削り節 干しわかめ	にんじん 干し椎茸 グリーンピース(冷凍) しょうが もやし みつば	牛乳 ビスケット	紅茶 ケーキ	
13金	ずいどん れんこんの炒め煮 ごはん	米 白玉粉 小麦粉 さつまいも 油 さとう	鶏胸肉 ちくわ 削り節 ベーコン	だいこん にんじん 干し椎茸 葉ねぎ れんこん さやえんどう	牛乳 ウエハース	野菜果汁 クッキー	
14土	【なかよし保育】 香り焼きそば 味付け煮干	蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 いか 味付け煮干	しょうが にんにく 葉ねぎ キャベツ にら たまねぎ 赤ピーマン	牛乳 クラッカー		
16月	関東煮 豆と魚のごまがらめ ごはん	米 板こんにゃく かたくり粉 油 さとう 白ごま	揚げ半ボール うすら卵 削り節 だしこんぶ 大豆(水煮) たつくり	にんじん だいこん	牛乳 かりんとう	発酵乳 チーズ菓子	
17火	煮魚(ごぼう) みそ汁 ーロゼリー ごはん	米 さとう ーロゼリー	さかな 豆腐 煮干し	しょうが ごぼう たまねぎ しめじ はくさい 葉ねぎ	牛乳 あられ	お茶 白玉ぜんざい	
18水	いかバーグ コンソメスープ バターロール	バターロール(パン粉)(乾燥) 油 さとう かたくり粉	白身魚すり身 いか(胴) 卵	葉ねぎ しょうが もやし たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	牛乳 チーズ菓子	牛乳 塩せんべい	
19木	【クリスマス会】 カラフルチャーハン フライドチキン 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 じゃがいも	 ロースハム 鶏もも肉	たまねぎ にんじん 青ピーマン 赤ピーマン コーン缶 ブロッコリー キャベツ パセリ	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 プチケーキ (おみやげ)	
20金	グラタン風シチュー りんごサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 さとう バター 小麦粉(パン粉)(乾燥) マカロニ サラダ油	鶏もも肉 むきえび 生クリーム チーズ	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ りんご きゅうり コーン缶	牛乳 コーンフレーク	お茶 ラップおにぎり	
21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 パイ菓子	豆乳 おかき
24火	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 ロースハム	にんにく きゅうり しょうが たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 パイ菓子	豆乳 おかき	
25水	揚げ肉のインド煮 ひじきのみそマヨサラダ クロロール	クロロール かたくり粉 油 じゃがいも さとう すりごま(白) マヨネーズ	豚もも肉 ちくわ ひじき	にんじん たまねぎ れんこん グリーンピース(冷凍) ほうれんそう コーン缶	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 ビスケット	
26木	おもちつき (きなこもち・ロールパン・ジョア)					フルーツゼリー	みかん せんべい (おみやげ)
27金	【保育おさめ】ゆかりごはん 年越しにゅうめん 鶏肉の照り煮 ごはん	米 そうめん さとう	油揚げ 削り節 鶏もも肉	ゆかり粉 たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう	ヨーグルト	りんごジュース ラスク	
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 コーンフレーク	

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。

