



# 27年1月

# 献立表



日	未満児おやつ	昼食	3時のおやつ	材料
5	月	牛乳・バナナ ごはん・肉じゃが・紅白なます・みかん	牛乳・ぱりんこ	米/豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しらたき・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ/大根・にんじん・酢・砂糖・ごま・塩/みかん/牛乳・バナナ/ぱりんこ
6	火	牛乳・りんご スパゲティミートソース・キャベツとコーンのスープ・バナナ	牛乳・リッツ	スパゲティ・豚肉・にんじん・ピーマン・たまねぎ・バター・小麦粉・ケチャップ・ソース・砂糖・スープの素/ベーコン・コーン・キャベツ・塩/バナナ/牛乳・りんご/リッツ
7	水	牛乳・みかん ごはん・チンジャオロース・チンゲン菜スープ	お茶・大学いも	米/豚肉・砂糖・しょうゆ・ピーマン・たけのこ・赤ピーマン・しょうが・にんにく・油・塩・しょうゆ・みりん・でんぶん/ベーコン・チンゲン菜・しめじ・にんじん・たまねぎ・スープの素/牛乳・みかん/さつまいも・ごま
8	木	牛乳・バナナ ごはん・魚の揚げ煮・ブロッコリー・和風スープ	ヨーグルト	米/カラスガレイ・小麦粉・油・しょうゆ・みりん・砂糖/ブロッコリー・塩・マヨドレ/豆腐・あげ・えのき・さといも・だいこん・ねぎ・しょうゆ・塩・かつお節・昆布/牛乳・バナナ/牧場の朝
9	金	牛乳・りんご ごはん・豚肉の野菜炒め・きんぴらごぼう・みかん	ぜんざい	米/豚肉・しょうが・たまねぎ・キャベツ・もやし・赤ピーマン・しょうゆ・油/ごぼう・しらたき・にんじん・ちくわ・酒・砂糖・しょうゆ/みかん/牛乳・りんご/あずき・砂糖・塩
10	土	牛乳・バナナ ロールパン・ハヤシチュー・キャベツとコーンのサラダ・りんご	牛乳・菓子	ロールパン/牛肉・にんにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ハヤシルウ・ケチャップ・バター・小麦粉/キャベツ・コーン・油・酢・砂糖・塩/りんご/牛乳・バナナ/菓子
13	火	牛乳・りんご きつねうどん・やまぶき和え・バナナ	ジョア・パウムクーヘン	うどん・あげ・かまぼこ・たまねぎ・しいたけ・ほうれん草・砂糖・しょうゆ・みりん・かつお節・昆布/コーン・きゅうり・キャベツ・にんじん・しらたき・ハム油・ごま油/バナナ/牛乳・りんご/ジョア・パウムクーヘン
14	水	牛乳・みかん ごはん・魚の甘酢揚げ・にんじんブロッコリー・さといものみそ汁	牛乳・白蒸しパン	米/めかじき・酢・砂糖・しょうゆ・でんぶん・油/にんじん・ブロッコリー・マヨドレ/さといも・たまねぎ・あげ・にんじん・ねぎ・みそ・煮干/牛乳・みかん/白蒸し粉・甘納豆・水
15	木	牛乳・バナナ ごはん・ドライカレー・白菜スープ・みかん	お茶・豆乳もち	米/豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・レーズン・パセリ・バター・油・小麦粉・ソース・ケチャップ・カレー粉・スープの素/ベーコン・白菜・しめじ・ねぎ・しょうゆ・塩/りんご/牛乳・バナナ/豆乳・砂糖・でんぶん・きな粉
16	金	牛乳・みかん ごはん・おでん・ほうれん草のごまあえ	牛乳・ムーンライト	米・ちくわ(卵抜き)・うずら卵・大根・さといも・こんにゃく・昆布・赤みそ・砂糖・みりん/ほうれん草・キャベツ・にんじん・あげ・ごま・しょうゆ・砂糖/牛乳・りんご/ムーンライト
17	土	牛乳・りんご 炊き込みごはん・すまし汁・みかん	牛乳・菓子	米・鶏肉・にんじん・ごぼう・しめじ・油・砂糖・しょうゆ/えのき・にんじん・わかめ・塩・しょうゆ・かつお節/牛乳・みかん/菓子
19	月	牛乳・りんご いろいろパン・鶏肉と白菜のクリーム煮・野菜サラダ・バナナ	牛乳・するめ・動物よーち	いろいろパン/鶏肉・白菜・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・カリフラワー・ホワイトルウ・スキムミルク・塩・スープの素/ツナ・レタス・トマト・きゅうり・油・酢・砂糖/バナナ/牛乳・りんご/するめ・動物よーち
20	火	牛乳・バナナ 焼きそば風スパゲティ・中華スープ・みかん	牛乳・ハッピーターン	スパゲティ・豚肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・いか・ピーマン・もやし・かつお節・ソース・スープの素・青のり/ベーコン・はるさめ・にんじん・チンゲン菜・コーン・スープの素・塩/みかん/牛乳・バナナ/ハッピーターン
21	水	牛乳・チーズ <b>お楽しみ鍋</b>	ジョア・まがりせんべい	牛乳・チーズ/ジョア・まがりせんべい
22	木	牛乳・みかん ひじきご飯・キャベツの和え物・はんぺんのすまし汁	牛乳・ホットドック	米・鶏肉・ひじき・にんじん・ごぼう・あげ・卵・グリーンピース・紅しょうが・酒・塩・油・砂糖・/キャベツ・ツナ・にんじん・ごま油・しょうゆ・砂糖/はんぺん・たまねぎ・わかめ・ねぎ・かつお節・昆布/牛乳・みかん/ロールパン・ウイニー・キャベツ・ケチャップ・油
23	金	牛乳・りんご ごはん・煮魚・豚汁・みかん	お茶・れんこんチップ	米/赤魚・しょうが・しょうゆ・砂糖/豚肉・大根・さといも・ごぼう・にんじん・豆腐・こんにゃく・ねぎ・みそ/みかん/牛乳・りんご/れんこん
24	土	牛乳・りんご 豚丼・かぼちゃのみそ汁・みかん	牛乳・菓子	たまねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ・油・砂糖・酒・みりん・しょうゆ/かぼちゃ・たまねぎ・わかめ/みかん/牛乳・りんご/菓子
26	月	牛乳・りんご コッペパン・肉団子スープ・ブロッコリーサラダ・バナナ	牛乳・煮干のかりかり	コッペパン/鶏肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・はるさめ・しいたけ・白菜・ねぎ・パン粉・しょうが・塩・酒・油・しょうゆ・かつお節/ブロッコリー・ツナ・コーン・マヨドレ/バナナ/牛乳・りんご/にほし・バター・あおのり
27	火	牛乳・バナナ カレーうどん・レタスサラダ・みかん	お茶・やさいかりんとう	うどん・豚肉・たまねぎ・しいたけ・あげ・かまぼこ・ねぎ・しょうゆ・みりん・カレー粉・牛乳・でんぶん・かつお節/ハム・レタス・にんじん・きゅうり・酢・砂糖・しょうゆ/みかん/牛乳・バナナ/野菜かりんとう
28	水	牛乳・みかん ごはん・筑前煮・大根のみそ汁	牛乳・チーズ・白い風船	米/鶏肉・したけ・にんじん・たけのこ・れんこん・ごぼう・じゃがいも・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ/だいこん・あげ・えのき・こまつな・みそ・煮干/牛乳・みかん/チーズ・白い風船
29	木	牛乳・みかん ごはん・おからコロッケ・レタスわかめのみそ汁	牛乳・黒蒸しパン	米/おから・たまねぎ・にんじん・ツナ・チーズ・油・牛乳・マヨドレ・カレー粉・塩・小麦粉・パン粉/レタス・ソース/白菜・しめじ・わかめ・あげ・チンゲン菜・しょうゆ・かつお節・昆布/牛乳・みかん/黒蒸し粉・レーズン
30	金	ヨーグルト 中華飯・豆腐スープ・バナナ	牛乳・マドレーヌ	米・豚肉・いか・えび・たけのこ・にんじん・白菜・しいたけ・うずら卵・しょうゆ・砂糖・でんぶん・油・スープの素/ベーコン・もやし・たまねぎ・にんじん・豆腐・ねぎ・塩/バナナ/プレーンヨーグルト/牛乳・マドレーヌ
31	土	牛乳・みかん 鶏肉うどん・サツマイモの天ぷら・バナナ	牛乳・菓子	うどん・鶏肉・たまねぎ・ほうれん草・白菜・しょうゆ・みりん・かつお節・昆布/さつまいも・小麦粉・卵・油/バナナ/牛乳・みかん/菓子

