
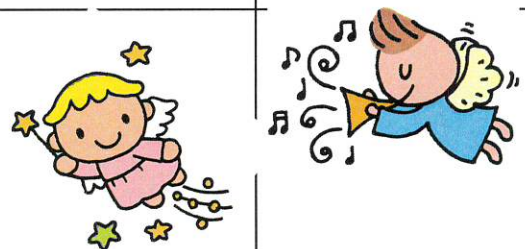



月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	白身魚のポテト焼き 白身魚・塩麹・じゃがいも・マヨレバセリ粉 れんこんナポリタン風 れんこん・玉ねぎ・三温糖・バルサミコ酢・ケチャップ・しょうゆ・オリーブ油 サラダ 白菜・もやし・人参・しょうゆ・三温糖・塩・オリーブ油 スープ レタス・鶏ささみ・酒・白ねぎ・しょうゆ・塩・コンソメ・片栗粉	豚肉とキャベツの煮込み 豚肉・塩麹・キャベツ・人参・玉ねぎ・しょうゆ・オリーブ油 ごぼう炒め ごぼう・エリンギ・三温糖・しょうゆ・油 春雨の酢の物 チンゲン菜・人参・春雨・べんり酢・黒酢・しょうゆ みそ汁 かぼちゃ・水菜・油揚げ・みそ	さわらの梅焼き さわら・梅肉・三温糖・みりん・しょうゆ 長芋の磯辺焼き 長芋・三温糖・しょうゆ・青のり ほうれん草の和え物 大根・ほうれん草・人参・ごま・しょうゆ・三温糖・ごま油 清汁 もやし・れんこん・豆苗・しょうゆ・塩	肉じゃが 豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・糸こんにやく・しょうゆ・三温糖・油 厚揚げのチーズ焼き 厚揚げ・チーズ・しょうゆ・三温糖・マヨレ りんごサラダ キャベツ・水菜・りんご・しょうゆ・酢・べんり酢・オリーブ油 みそ汁 かぶ・なめこ・わかめ・みそ	あんかけビビンバ丼 豚ミンチ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・白菜・みそ・しょうゆ・三温糖・みりん・ごま油・片栗粉 清汁 ほうれん草・大根・白ねぎ・しょうゆ・塩
	みそパン 牛乳 食パン・三温糖・みりん・みそ・白みそ・ごま	小豆せんべい りんご 牛乳 白玉粉・ゆであずき・塩・水	おにぎり みかん チーズ さつまいも・酒・塩	人参スコーン 牛乳 人参・小麦粉・BP・三温糖・塩・油	おにぎり りんご かつお・しょうゆ
7	8	9	10	11	12
炊き込みごはん ごぼう・人参・れんこん・みりん・しょうゆ 鶏肉の西京焼き 鶏もも肉・酒・白みそ・塩麹・みりん・しょうゆ ごま和え 小松菜・もやし・人参・ごま・三温糖・しょうゆ 清汁 キャベツ・長芋・カイワレ大根・しょうゆ・塩 甘納豆蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・豆乳・油・甘納豆	ぶりの生姜焼き ぶり・生姜・酒・みりん・しょうゆ かぼちゃそぼろ煮 かぼちゃ・鶏ミンチ・三温糖・しょうゆ・油 酢の物 大根・わかめ・水菜・人参・べんり酢・酢・しょうゆ みそ汁 チンゲン菜・玉ねぎ・麩・みそ	豚肉と里芋の甘辛煮 豚肉・里芋・酒・三温糖・しょうゆ しろ菜煮浸し しろ菜・壬生菜・人参・干しエビ・みりん・しょうゆ・片栗粉 豆サラダ ブロッコリー・水煮大豆・人参・コーン・マヨレ・しょうゆ 清汁 もやし・えのき・ねぎ・しょうゆ・塩	白身魚のおろしあんかけ 白身魚・塩麹・大根・三温糖・しょうゆ・片栗粉 れんこんきんぴら れんこん・糸こんにやく・人参・みりん・しょうゆ・三温糖・ごま油 梅おかか和え ほうれん草・キャベツ・玉ねぎ・梅肉・しょうゆ・かつお みそ汁 じゃがいも・ごぼう・もずく・みそ	ユーリンチー風 鶏もも肉・塩麹・片栗粉・白ねぎ・生姜・酒・しょうゆ・酢・三温糖・みりん・ごま油 長芋のバター焼き 長芋・バター・三温糖・しょうゆ 春雨サラダ チンゲン菜・もやし・人参・春雨・しょうゆ・マヨレ・ケチャップ・べんり酢 スープ 豆腐・エリンギ・水菜・しょうゆ・塩・コンソメ	切干肉うどん 豚肉・切干大根・白菜・玉ねぎ・人参・三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油・乾麺 ツナ和え 小松菜・キャベツ・えのき・ツナ・しょうゆ
14	15	16	17	18	19
大根菜のごはん 大根菜・豚ミンチ・ごま・しょうゆ・ごま油 白身魚の磯辺焼き 白身魚・しょうゆ・みりん・酒・青のり ゆかり和え ほうれん草・大根・人参・ゆかり粉・しょうゆ 清汁 じゃがいも・キャベツ・わかめ・しょうゆ・塩 オレンジマフィン 牛乳 ホットケーキmix・ヨーグルト・牛乳・ママレード	豚肉のスタミナ炒め 豚肉・生姜・白ねぎ・ニラ・酒・三温糖・酢・しょうゆ・ごま油 こんにやく炒め ちりめんじゃこ・糸こんにやく・チンゲン菜・人参・しょうゆ・三温糖・油 かぼちゃサラダ かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・ツナ・マヨレ・しょうゆ・粉チーズ みそ汁 白菜・ごぼう・みそ	いわしのカレー竜田焼き 開きいわし・塩麹・みりん・酒・しょうゆ・カレー粉・片栗粉 かぶのベーコン煮 ベーコン・かぶ・三温糖・しょうゆ・片栗粉 三色ごま和え 小松菜・しめじ・人参・ごま・しょうゆ・三温糖 スープ もやし・玉ねぎ・コーン・しょうゆ・塩・コンソメ	鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉・キャベツ・人参・ケチャップ・しょうゆ・三温糖 焼きれんこん れんこん・みりん・しょうゆ しらす和え チンゲン菜・白菜・人参・ちりめんじゃこ・しょうゆ みそ汁 里芋・大根・油揚げ・みそ	麻婆豆腐 豚ミンチ・豆腐・人参・ねぎ・生姜・しょうゆ・三温糖・赤みそ・みそ・片栗粉 金時豆煮 金時豆・三温糖・しょうゆ・塩 ごぼうサラダ ごぼう・ほうれん草・人参・マヨレ・しょうゆ 清汁 長芋・しろ菜・とろろ昆布・しょうゆ・塩	ハヤシライス 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・ホールトマト・赤みそ・みそ・三温糖・しょうゆ・片栗粉 スープ キャベツ・レタス・しょうゆ・塩・コンソメ
21	22	23	24	25 お誕生会	26
ひじきごはん ひじき・人参・つきこんにやく・油揚げ・みりん・しょうゆ 白身魚のみそ焼き 白身魚・みりん・白みそ・みそ・しょうゆ かつお和え 小松菜・もやし・人参・かつお・しょうゆ・三温糖 清汁 かぼちゃ・えのき・豆苗・しょうゆ・塩 黒糖ういろう 牛乳 米粉・上新粉・黒砂糖・水	豚肉団子のきのこあん 豚肉・塩麹・舞茸・エリンギ・三温糖・しょうゆ・酒・片栗粉 カレー切干大根 切干大根・人参・三温糖・しょうゆ・カレー粉 磯辺和え ほうれん草・チンゲン菜・玉ねぎ・焼きのり・しょうゆ みそ汁 さつまいも・ごぼう・人参・みそ	ピラフ風 玉ねぎ・人参・コーン・ベーコン・塩・しょうゆ ローストチキン 手羽元・塩麹・みりん・しょうゆ マカロニサラダ マカロニ・キャベツ・カリフラワー・人参・ツナ・べんり酢・酢・三温糖 豆乳スープ 豆乳・かぶ・ブロッコリー・しょうゆ・塩・コンソメ	鮭のごま焼き 生鮭・酒・みりん・しょうゆ・べんり酢・ごま 根菜煮 ごぼう・れんこん・人参・里芋・三温糖・しょうゆ・ごま油 ゆず和え 白菜・春菊・えのき・人参・ゆず果汁・三温糖・しょうゆ 豚汁 豚肉・もやし・大根・白ねぎ・つきこんにやく・みそ	おすし 高野豆腐・かんぴょう・人参・水菜・しょうゆ・ちりめんじゃこ・三温糖・塩・べんり酢・酢 ミートローフ 豚ミンチ・玉ねぎ・塩・パン粉・三温糖・みりん・しょうゆ・水・片栗粉 じゃがいもサラダ じゃがいも・ブロッコリー・コーン・人参・マヨレ・塩 かきたま汁 卵・しめじ・みつば・しょうゆ・塩・片栗粉	あんかけうどん 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・えのき・ニラ・ごま油・三温糖・みりん・しょうゆ・乾麺・片栗粉 ごま和え 小松菜・もやし・人参・ごま・しょうゆ
28	29	30	31		
大根の炊き込みご飯 大根・しめじ・ツナ・しょうゆ・みりん 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん かぶとわかめの酢の物 かぶ・レタス・わかめ・人参・しょうゆ・べんり酢・酢 清汁 豆腐・白菜・壬生菜・しょうゆ・塩 チーズホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・チーズ・おから・牛乳・黒ごま	冬季休園	冬季休園	冬季休園		

乳児の朝おやつ

月 牛乳・せんべい
 火 牛乳・クラッカー
 水 牛乳・ビスケット
 木 牛乳・せんべい
 金 牛乳・クラッカー
 土 牛乳・せんべい