

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
4日 (土)	お弁当日			20日 (月)	れんこん金平ごはん 高野豆腐の煮物 こまつなの煮浸し みそ汁 みかん	米、れんこん、にんじん、ごま、しょうゆ、みりん、酒、油 高野豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 こまつな、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん はくさい、わかめ、焼き麩、かつお昆布だし、米みそ みかん	牛乳 マシュマロ・コーンフレーク マシュマロ・コーンフレーク バター
6日 (月)	ハヤシライス 野菜サラダ チーズ みかん	米、牛もも肉、にんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、油、ケチャップ、トマト缶、ウスターソース、ハヤシルー きゅうり、にんじん、キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ みかん	牛乳 市販菓子/チーズ	21日 (火) あそび	カレーライス コールスローサラダ チーズ/ブロッコリー りんご	米、牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、油、カレールウ きゅうり、にんじん、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ チーズ、ブロッコリー、塩 りんご	牛乳 じゃこトースト 食パン・青のり・マヨネーズ・ ちりめんじゃこ
7日 (火)	ごはん 筑前煮 紅白なます/煮豆 すまし汁 りんご	米 鶏もも肉、にんじん、ごぼう、れんこん、干ししいたけ、こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 だいごん、柿、にんじん、酢、砂糖、塩、金時豆 焼き麩、みつば、えのきだけ、ゆず(幼児のみ)かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 七草粥/佃煮(幼児のみ) 米・七草・塩・昆布・かつおぶし・しょうゆ・砂糖	22日 (水)	ごはん チーズハンバーグ ポテトサラダ 和風スープ みかん	米 合いびきミンチ、たまねぎ、ピザチーズ、パン粉、牛乳、ケチャップ、ウスターソース じゃがいも、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、コーン缶、塩 かぶ、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩 みかん	牛乳 白玉ぜんざい 白玉粉・小豆・砂糖 0、1歳児はきなこおはぎ 米・きなこ・砂糖
8日 (水)	もち(0.1歳児は白ごはん) 雑煮 ブロッコリーのおかか和え みかん	もち米、きな粉、小豆、砂糖、だいごん、のり、しょうゆ、ちりめんじゃこ(0.1歳児のみ) 鶏もも肉、だいごん、にんじん、はくさい、かぼちゃ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ブロッコリー、かつおぶし、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん みかん	牛乳 ツナマヨコーントースト 食パン・コーン缶・ツナ缶・ マヨネーズ	23日 (木)	味噌ラーメン 大根サラダ いりこ りんご	中華麺、豚ばら肉、キャベツ、もやし、コーン缶、ねぎ、しょうゆ、酒、塩、ごま油、しょうが、米みそ、かつお昆布だし だいごん、にんじん、きゅうり、ごま、しょうゆ、酢、油、砂糖 いりこ りんご	牛乳 鮭おにぎり 米・鮭・塩・海苔
9日 (木)	おかめうどん きんぴらごぼう さつまいもとかぼちゃの甘煮 りんご	うどん、鶏もも肉、ほうれんそう、かまぼこ、かつお昆布だし、醤油、みりん、酒 ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん、ごま、しょうゆ、みりん さつまいも、かぼちゃ、砂糖 りんご	牛乳 昆布おにぎり 米・昆布・しょうゆ・みりん・ 白ごま	24日 (金)	ごはん/手作りふりかけ 鮭の味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 のっぺい汁 みかん	米、だいごんの葉、ごま、ごま油、しょうゆ、塩 鮭(乳児は鮭)、しょうが、米みそ、みりん、砂糖、しょうゆ、酒 きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩 だいごん、にんじん、さといも、ごぼう、油揚げ、こんにゃく、白ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、塩 りんご	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも・片栗粉・塩
10日 (金)	ごはん/納豆 鱈の照り焼き 冬野菜の和え物 豚汁 みかん	米、納豆 鱈、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 はくさい、にんじん、水菜、ごま、かつお昆布だし、しょうゆ 豚もも肉、だいごん、にんじん、うすあげ、こんにゃく、ごぼう、白ねぎ、米みそ、かつお昆布だし みかん	牛乳 フライドポテト じゃがいも・塩・油	25日 (土)	チキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、塩、油 キャベツ、酢、砂糖、油、塩 たまねぎ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、塩	牛乳 バナナ 市販菓子 チーズ
11日 (土)	マーボー丼 きゅうりのごま酢和え 和風スープ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、米みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、酒 きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、ごま キャベツ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩	牛乳 バナナ 市販菓子 チーズ	27日 (月)	ごはん 揚げだし豆腐のみぞめあかけ ほうれんそうのお浸し みそ汁 カップゼリー	米 木綿豆腐、だいごん、れんこん、かぼちゃ、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油、かつお昆布だし ほうれんそう、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、みりん えのき、だいごん、はくさい、油揚げ、かつお昆布だし、米みそ カップゼリー	牛乳 ホットケーキ ホットケーキミックス・砂糖 バター
13日 (月)	祝 日			28日 (火)	ごはん おでん ブロッコリーのごま酢和え みそ汁 いよかん	米 鶏もも肉、だいごん、ちくわ、こんにゃく、厚揚げ、じゃがいも、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん ブロッコリー、にんじん、水菜、酢、砂糖、ごま、塩 ほうれんそう、たまねぎ、えのき、かつお昆布だし、米みそ いよかん	牛乳 シュガーパイ パイシート・砂糖
14日 (火)	ごはん/手作りふりかけ 肉じゃが かぶとブロッコリーの和え物 みそ汁 りんご	米、かぶの葉、ごま油、しょうゆ、塩、ごま 牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 かぶ、ブロッコリー、ちりめんじゃこ、かつおぶし、しょうゆ、ごま油、酢、砂糖 厚揚げ、ねぎ、かぼちゃ、かつお昆布だし、米みそ りんご	牛乳 豆腐ドーナツ 小麦粉・砂糖・絹ごし豆腐・油	29日 (水)	チキンドリア ごぼうサラダ 和風スープ りんご又はみかん	米、鶏もも肉、たまねぎ、コーン缶、ピザチーズ、パセリ粉、小麦粉、バター、コンソメ、牛乳 ごぼう、にんじん、きゅうり、ミニトマト、しょうゆ、みりん、しょうゆ、砂糖、酢、油 かぶ、しめじ、キャベツ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご、みかん	牛乳 ハムキャベツサンド 食パン・ハム・キャベツ・ マヨネーズ
15日 (水)	ごはん 鱈の煮付 白和え すまし汁 みかん	米 鱈、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、砂糖 ひじき、にんじん、糸こんにゃく、砂糖、しょうゆ、ごま、ほうれんそう、木綿豆腐、米みそ はくさい、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 みかん	牛乳 お好み焼き 小麦粉・キャベツ・豚もも肉・ かつお節・お好みソース・ 青のり・ベーキングパウダー	30日 (木)	きつねうどん ひじきの煮物 こふぎいも りんご	うどん、油揚げ、わかめ、青ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし、みりん、塩 ひじき、鶏もも肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、しょうゆ、みりん、酒、かつお昆布だし じゃがいうも、青のり、塩 りんご	牛乳 あべかわもち もち・きな粉・砂糖 0、1歳児はきなこおにぎり 米・きなこ・塩
16日 (木)	鶏肉としめじのトマトスパゲティ かぼちゃサラダ 和風スープ りんご	スパゲティ、鶏もも肉、しめじ、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、パセリ粉 かぼちゃ、キャベツ、紫たまねぎ、酢、塩、砂糖、油 はくさい、にんじん、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 りんご	牛乳 五平餅 米・米みそ・砂糖・みりん	31日 (金) 誕生日会	ごはん 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ/ミニトマト コーンスープ カップゼリー	米 鶏もも肉、生姜、しょうゆ、酒 マカロニ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、ミニトマト、マヨネーズ コーン缶、たまねぎ、小麦粉、バター、牛乳、コンソメ、塩、パセリ粉 カップゼリー	牛乳 誕生日ケーキ 小麦粉・卵・砂糖・牛乳・ 生クリーム・いちご・みかん缶
17日 (金) 農 災訓練	おにぎり 粕汁 みかん	米、黒ごま、塩、かつおぶし、うめぼし、味付けのり 鮭、だいごん、にんじん、油揚げ、ねぎ、こんにゃく、かつお昆布だし、米みそ、酒粕 みかん	牛乳 ミニわかめうどん うどん・油揚げ・わかめ・ ねぎ・しょうゆ・酒・みりん・塩				
18日 (土) 職 員研修	中華丼 キャベツのごま和え 中華スープ	米、豚もも肉、たまねぎ、はくさい、にんじん、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉 キャベツ、しょうゆ、みりん、ごま もやし、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
※市販菓子はクッキー・せんべい・カステラ・ビスケットなどを使用しています。

おりよりの部屋：河田・中西より