

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ
1	月	親子丼 ほうれん草のごま和え オレンジ	牛乳 ★焼きそばパン	味ロールパン、カットスパゲティー、砂糖、油、ごま	牛乳、卵、鶏肉、豚ひき肉、かまぼこ	オレンジ、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん、キャベツ、こまつな、しいたけ	牛乳 リツツ
2	火	豆腐の小判揚げ きゅうりの甘酢和え みそ汁	★フルーツゼリー	油、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	豆腐、豚ひき肉、みそ、ひじき、カットわかめ	きゅうり、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、えのきだけ、ねぎ、もも缶	牛乳 ミニボーグ
3	水	炒り鳥 そうめん汁 ぶりかけ バナナ	牛乳 ★スウィートポテト	さつまいも、さといも、糸こんにゃく、砂糖、干しそうめん、バター、油	牛乳、卵、鶏肉、かまぼこ	バナナ、にんじん、だいこん、れんこん、たまねぎ、しめじ、ごぼう、ねぎ、しいたけ、いんげん	牛乳 マンナ ピスケット
4	木	さばのみそ煮 れんこんのサラダ 小松菜と豆腐のかき玉汁	牛乳 マリー ピスケット	マヨネーズ、砂糖、ごま、片栗粉	牛乳、さば、卵、豆腐、ハム、みそ、カットわかめ	れんこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきだけ、しょうが	牛乳 もも缶
5	金	豚肉と納豆の旨煮 きゅうりとわかめの酢物 みそ汁	牛乳 おっとと	砂糖、ごま	牛乳、納豆、豚肉、みそ、カットわかめ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、じゃがいも、キャベツ、ねぎ、えのきだけ	ヨーグルト
6	土	肉みそ わかめ汁 のり佃煮	サッポロ ポテト (バーベーキュー味)	しらたき、砂糖、油、ふ	鶏ひき肉、みそ、茹で大豆、カットわかめ	にんじん、のり佃煮、たまねぎ、えのきだけ、ごぼう、いんげん、ねぎ	お茶 豆乳 クッキー
8	月	麻婆豆腐 大根のごま酢和え みかん	牛乳 ★ホットケーキ	ホットケーキ粉、砂糖、片栗粉、メープルシロップ、マーガリン、ごま油、ごま	牛乳、豆腐、豚ひき肉、卵、赤みそ、みそ	みかん、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、コーン、ねぎ	牛乳 白い風船
9	火	赤魚の煮つけ ビーフンサラダ みそ汁	牛乳 ★エッグサンド	サンドイッチパン、じゃがいも、マヨネーズ、ビーフン、砂糖	牛乳、赤魚、卵、みそ、ハム、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうが	牛乳 チーズ
10	水	チキンポッキーの甘煮 もやしとハムの酢のもの すまし汁	★さつまいも おにぎり	米、さつまいも、砂糖、ごま、ごま油	チキンポッキー、豆腐、ハム、しらす干し、カットわかめ	きゅうり、もやし、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、ねぎ、しょうが	牛乳 バーム クーヘン
11	木	ジャコピーオムレツ ブロッコリーのおかか和え コンソメスープ	牛乳 とんがり コーン	油、片栗粉、砂糖	牛乳、卵、ベーコン、しらす干し、かつお節	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、ピーマン	牛乳 バナナ
12	金	鶏レバーの生姜煮 キャベツの和風サラダ みそ汁 チーズ	牛乳 ハッピーターン	マヨネーズ、砂糖、ごま	牛乳、鶏レバー、チーズ、みそ、ハム、カットわかめ	キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、えのきだけ、ねぎ、しょうが	牛乳 ウェハース
13	土	野菜あんかけ丼 たたききゅうり オレンジ	かつば えびせん	片栗粉、砂糖	豚肉	オレンジ、きゅうり、たまねぎ、はくさい、にんじん、こまつな、しいたけ	お茶 かぼちや ボーグ
15	月	ポークカレー 春雨の酢物 パイント	おにぎり (しらす干し ・わかめ)	米、じゃがいも、はるさめ、小麦粉、砂糖、ごま、ごま油	卵、豚肉、しらす干し、炊込みわかめ	パイント、たまねぎ、きゅうり、にんじん、トマトピューレ、ピーマン	牛乳 マンナ ピスケット
16	火	松風焼き きゅうりの昆布和え みそ汁	★オレンジ パンチ	じゃがいも、パン粉、ごま、砂糖	豆腐、鶏ひき肉、みそ、塩こんぶ、カットわかめ	オレンジ果汁50%飲料、バナナ、みかん缶、きゅうり、たまねぎ、にんじん、もも缶、パイント、しめじ、ねぎ	牛乳 スティック パン

～年末特別保育～  
※お弁当の持参をお願いします。

です。