

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
										4	牛乳 ハイハイ
											お弁当日
											ばりんこ りんごの ムース
6	牛乳 コンフレーク	7	牛乳 パナナ	8	牛乳 さつまいも	9	ヨーグルト	10	牛乳 パナナ	11	牛乳 ハイハイ
ツナの和風 パスタ	スパゲティ ツナ油漬 たまねぎ にんじん しめじ しょうゆ バター	御飯	米	御飯	米	御飯	米	ハヤシライ ス	米 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ トマト缶 グ リンピース(冷凍) ハヤシルウ	牛井	米 牛ばら肉 たまねぎ 砂糖 しょうゆ 酒 みり ん
切り干し大 根のサラダ	切り干しだいこん にんじん 砂糖 みりん しょうゆ 酒 ごま油	鯖・鯖の塩こ うじ焼き	さわら さば(幼児) 塩麹	牛肉とごぼ うの生姜煮	牛肉(ばら) しょうが にんじん ごぼう 糸こん にやく しょうゆ 砂糖 みりん 酒	白身魚の オーロラ ソース	メルルーサ 片栗粉 油 ケチャップ マヨネー ズ	酢の物	キャベツ だいこん カットわかめ にんじん 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん	白菜の和 え物	はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 み りん 砂糖
わかめスー プ	たまねぎ はるさめ カットわかめ ごま 中華 だしの素 しょうゆ(うすくち)	小松菜とあ げの和え物	こまつな キャベツ 油揚げ にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖	もやしナム ル	もやし きゅうり にんじん 砂糖 しょうゆ(うすく ち) 酢 みりん ごま油	ささ身と きゅうりの 和え物	鶏ささ身 だいこん きゅうり しょうゆ 酒 みり ん 砂糖	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	すまし汁	たまねぎ こまつな みつば かつおだし汁 しょう ゆ しょうゆ(うすくち) みりん
かぼちゃプ リン	かぼちゃプリン	すまし汁	たまねぎ 絹ごし豆腐 しいたけ かつおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすくち) みりん	中華スー プ	たまねぎ ほうれんそう しいたけ しょうゆ 酒 みりん かつおだし汁 中華だしの素 しょうゆ(う すくち) ごま油	みそ汁	えのきたけ たまねぎ ねぎ 白みそ 煮干だし 汁				
塩昆布おに ぎり	米 塩昆布	七草風粥	米 鶏もも肉(皮付き) かぶ こまつな みつば かぶ・葉 かつおだし汁 ねぎ ほうれんそう	牛乳 黒胡麻 チーズパン	牛乳 小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 黒胡麻 ベーキ ングパウダー 食塩 砂糖	牛乳	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 卵 牛乳	すいとん	小麦粉 鶏もも肉(皮付き) にんじん だいこん ねぎ えのきたけ しめじ はくさい ごぼう 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁	ヨーグルト みかん	ヨーグルト(加糖) みかん
13		14	ヨーグルト	15	牛乳 さつまいも	16	牛乳 コンフレーク	17	牛乳 パナナ	18	牛乳 野菜ハイハイ
		カレーうどん	豚肉(ばら) ゆでうどん にんじん たまねぎ 油 揚げ ねぎ カレールウ かつおだし汁 片栗粉	御飯	米	御飯	米	御飯	米	とんとん井	米 豚肉(肩ロース) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
		ほうれん草 の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにやく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 すりごま	魚のネギ 味噌焼き	さわら さば(幼児) 万能ねぎ 白みそ みりん 酒 砂糖	もも肉とレ バーの生 姜煮	鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 片栗粉	豚肉の生 姜焼き	豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが しょうゆ 酒 みりん	もやしの和 え物	もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みり ん 砂糖
		みかん	みかん	パンパン ジー	鶏ささ身 きゅうり にんじん すりごま ごま油 しょうゆ 酢 砂糖 白みそ	プロッコ リーのおか か和え	ブロccoliー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂 糖 かつお節	切り干し大 根の煮物	切り干しだいこん にんじん ちくわ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	すまし汁	たまねぎ にんじん 絹ごし豆腐 かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒
		牛乳 パリパリピザ	牛乳 ぎょうざの皮 ウインナーソーセージ ピーマン ケチャップ とろけるチーズ	牛乳 キャロ ット ケーキ	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖 卵 にんじん 牛乳 油	かぶの葉 おにぎり	米 かぶの葉 しらす干し しょうゆ 酒 みりん 油	コンフレ ーク ヨーグル ト	ヨーグルト(加糖) コンフレーク 干しぶどう	ヨーグルト バナナ	ヨーグルト(加糖) バナナ
20	牛乳 パナナ	21	ヨーグルト	22	牛乳 コンフレーク	23	牛乳 さつまいも	24	牛乳 パナナ	25	牛乳 ハイハイ
味噌ラメ ン	ゆで中華めん 豚肉(ばら) にんじん たまね ぎ はくさい もやし コーン(冷凍) 中華だ しの素 白みそ みりん 酒	御飯	米	冬野菜カ レー	米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご れんこん さといも カレールウ いんげ ん	御飯	米	御飯	米	スタミナ井	米 豚肉(ばら) たら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
豆腐の海苔 和え	木綿豆腐 にんじん きゅうり 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん ごま油	メルルーサ の南蛮漬	メルルーサ 片栗粉 油 砂糖 しょうゆ 酢	ポパイサラ ダ	ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨネーズ しょうゆ	かれない 煮つけ	かれない しょうゆ 酒 みりん 片栗粉	筑前煮	鶏もも肉 れんこん ごぼう にんじん 生揚げ 砂糖 酒 みりん しょうゆ	胡瓜の塩 昆布和え	きゅうり 塩こんぶ
かぼちゃプ リン	かぼちゃプリン	コーンサラ ダ	キャベツ きゅうり コーン(冷凍) 砂糖 酒 みり ん しょうゆ(うすくち) 酢	ラフランス のゼリー	ラフランスのゼリー	大根の煮し め	だいこん にんじん 干しいたけ 板こんにやく 凍り豆腐 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	白菜ナム ル	はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酢 酒 みりん 砂糖 ごま油	すまし汁	たまねぎ エリンギ 絹ごし豆腐 かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒
		すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ 油揚げ カットわかめ かつ おだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん			呉汁	大豆 さといも 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白 みそ	みそ汁	たまねぎ なめこ ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
牛乳 ジャムサン ド	牛乳 食パン いちごジャム	牛乳 黒豆蒸しパ ン	牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 黒豆煮	にゅうめん	干しとうめん 鶏もも肉(皮付き) だいこん にん じん えのきたけ みつば かつおだし汁 しょう ゆ 酒	牛乳 がんづき	牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 砂糖 黒ごま	牛乳 ふかし芋	牛乳 さつまいも(皮付)	ヨーグルト みかん	ヨーグルト(加糖) みかん
27	牛乳 コンフレーク	28	牛乳 パナナ	29	牛乳 さつまいも	30	ヨーグルト	31	牛乳 パナナ		
御飯	米	御飯	米	かぶの葉 御飯	米 かぶの葉 しょうゆ 酒 みりん	御飯	米	御飯	米		
肉じゃが	牛肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 糸こんにやく 砂糖 酒 みりん しょうゆ	鮭の塩焼き	さけ 食塩	鶏の唐揚 げ	鶏もも肉(皮付き) しょうゆ 酒 みりん たまね ぎ 片栗粉 油	鶏のトマト 煮	鶏もも肉 にんじん たまねぎ ブロccoliー し めじ ホールトマト缶詰 ケチャップ 砂糖 ウス ターソース 酒	たらの野 菜あんか け	たら たまねぎ にんじん ピーマン かつおだし 汁 砂糖 しょうゆ 酒 みりん 片栗粉 油		
納豆の磯青 菜和え	納豆 こまつな にんじん 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	大豆の煮物	にんじん ゆで大豆 板こんにやく ちくわ ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁	春雨サラダ	はるさめ きゅうり にんじん 酢 砂糖 酒 みり ん しょうゆ ごま油	きんぴらご ぼう	ごぼう れんこん にんじん 糸こんにやく ちく わ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ブロッコ リーのみそ ドレッシング	ブロccoliー にんじん ひじき 白みそ 酢 しょう ゆ 油 ごま油 砂糖		
みそ汁	はくさい エリンギ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	みそ汁	だいこん ほうれんそう 生揚げ 煮干だし汁 白 みそ	すまし汁	にんじん かぶ 油揚げ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん ごま油	野菜スー プ	キャベツ たまねぎ じゃがいも 洋風だしの素 しょうゆ(うすくち)	すまし汁	絹ごし豆腐 エリンギ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん		
バナナ	バナナ	ヨーグルト	ヨーグルト	みかん	みかん	バナナ	バナナ				
ソーセージ ピラフ	米 ウインナーソーセージ たまねぎ にんじ ん コーン(冷凍) しょうゆ 洋風だしの素	牛乳 おふラスク	牛乳 焼ふ 無塩バター 油 砂糖	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉 バター 粉糖 ココア(幼児)	牛乳 ハムチ ーズ サンド	牛乳 食パン ハム スライスチーズ	牛乳 レーズンス コーン	牛乳 ホットケーキ粉 砂糖 牛乳 無塩バター 干しぶ どう		