

日 (曜)	朝おやつ (1・2歳)	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
1 ・ 29 (月)	牛乳	ごはん 豚肉のオイスター炒め きゅうりとみかんのサラダ オニオンスープ(玉葱・コーン)	いちごジャムマフィン 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・春雨・片栗粉 ホットケーキミックス マーガリン・いちごジャム 砂糖・ごま油・サラダ油	豚もも肉 牛乳	玉葱・きゅうり・みかん缶・ひじき コーン缶・わかめ	オイスターソース・醤油 酢・コンソメ・塩
2 16 30 (火)	牛乳	ごはん かれいのおろし煮 ほうれん草のサラダ 味噌汁(茄子・長葱)	スイカ シュガートースト 牛乳	ベビー ブティック 麦茶	七分つき米・食パン マーガリン・片栗粉 グラニュー糖 砂糖・ごま油	かれい・ハム 牛乳	大根・ほうれん草・人参・コーン缶 茄子・長葱・スイカ ひじき・生姜	醤油・みりん・酒 味噌・酢 煮干しだし・昆布だし
3 17 31 (水)	牛乳	ふんわり食パン 肉団子のトマト煮 とうもろこしのサラダ かにかまスープ(かにかま・チンゲン菜)	枝豆入りピラフ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	ふんわり食パン・精白米 マーガリン・パン粉 砂糖・サラダ油	豚ひき肉・豆腐 高野豆腐・かにかま ベーコン 牛乳	とうもろこし・きゅうり・レタス チンゲン菜・枝豆・玉葱 トマト缶	ケチャップ・ソース・塩 酢・コンソメ・醤油
4 ・ 18 (木)	牛乳	ごはん キスのフライ ひじきの煮物 味噌汁(モロヘイヤ・豆腐)	いももち 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・パン粉・薄力粉 じゃが芋・片栗粉 三温糖 砂糖・ごま油・サラダ油	キス・大豆・豆腐 牛乳	ひじき・人参・モロヘイヤ いんげん	ケチャップ・ソース 醤油・みりん・味噌 煮干しだし・昆布だし
5 (金)	牛乳	(七タメニュー)七タケチャップライス 鶏肉の唐揚げ フレンチサラダ すまし汁(そうめん・オクラ・かにかま)	七タゼリー 星たべよ 牛乳	ベビー スティック 麦茶	精白米・そうめん・片栗粉 星食べよ・マーガリン・薄力粉 砂糖・サラダ油	ウインナー・かにかま ゼラチン・カルピス チーズ・鶏もも肉 牛乳	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり オクラ・海苔・生姜 ブルーハワイ・オレンジジュース	ケチャップ・コンソメ・塩 酢・醤油・酒・みりん かつおだし・昆布だし
19 (金)	牛乳	ごはん しそ入りチーズつくね コールスローサラダ 味噌汁(じゃが芋・水菜)	バナナ カルピスゼリー ミニ鮭わかめおにぎり 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・パン粉 じゃが芋 砂糖・サラダ油	鶏ひき肉・豆腐 高野豆腐・チーズ カルピス・ゼラチン 牛乳	しそ・玉葱・キャベツ・人参 きゅうり・コーン缶 水菜・鮭わかめおにぎりの素 バナナ	味噌・みりん・酒・醤油 酢・塩 煮干しだし・昆布だし
6 ・ 20 (土)	牛乳	ごはん ツナポテト焼き ブロッコリーのサラダ 味噌汁(白菜・麩)	お好み焼き 牛乳	なし	七分つき米・じゃが芋 麩・お好み焼き粉・パン粉 砂糖・ごま油・サラダ油	ツナ缶・豚もも肉 牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 キャベツ・白菜 青海苔	ケチャップ・醤油・酢 ソース・味噌 かつおだし
8 ・ 22 (月)	牛乳	麻婆豆腐丼 小松菜の塩ナムル わかめスープ(わかめ・ごま)	きな粉揚げパン 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米・ごま 超熟ロール・片栗粉 グラニュー糖 砂糖・ごま油・サラダ油	豆腐・豚ひき肉 きな粉 牛乳	玉葱・生姜・小松菜・人参 もやし・わかめ・ひじき	味噌・オイスターソース 塩・鶏がら・コンソメ・醤油
9 ・ 23 (火)	牛乳	ごはん かじきのソース煮 バンサンスー 味噌汁(なめこ・ほうれん草)	オレンジ 冷やしラーメン 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・春雨 中華麺・片栗粉 砂糖・ごま油	かじき・ハム 焼き豚 牛乳	きゅうり・人参・ひじき・生姜 なめこ・ほうれん草・オレンジ コーン缶・わかめ	ソース・醤油・味噌 酢・めんつゆ・鶏がら・塩 煮干しだし・昆布だし
10 ・ 24 (水)	牛乳	ごはん カレー もやしのサラダ きのこスープ(えのき・エリンギ)	とうもろこし 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・じゃが芋 砂糖・ごま油・サラダ油	豚もも肉・かにかま 豚レバー・牛乳	玉葱・きゅうり・もやし・人参 エリンギ・えのき・ひじき とうもろこし	カレーウ・醤油・酢 コンソメ・塩
11 ・ 25 (木)	牛乳	ごはん 鶏肉の磯部揚げ トマトときゅうりのサラダ すまし汁(なると・三つ葉)	11日:抹茶スノーボール 25日:(誕生日ケーキ) パフェ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米・お好み焼き粉 薄力粉・コーンフレーク いちごジャム ホットケーキミックス・粉砂糖 砂糖・ごま油・サラダ油	鶏もも肉・なると ヨーグルト 生クリーム 牛乳	青海苔・トマト・きゅうり・わかめ 三つ葉・みかん缶 抹茶	塩・醤油・酢・酒 かつおだし・昆布だし
12 ・ 26 (金)	牛乳	ごはん 鮭の塩焼き ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(油揚げ・冬瓜)	12日:(お祭りメニュー) 焼きそば&チキンナゲット 26日:若菜おにぎり 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米・中華麺 砂糖・サラダ油	鮭・かまぼこ・油揚げ かつお節・豚もも肉 チキンナゲット・牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 冬瓜・若菜おにぎりの素・海苔 キャベツ	塩・醤油・味噌 煮干しだし・昆布だし ソース
13 ・ 27 (土)	牛乳	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き ひじきのサラダ かぶのスープ(かぶ・かぶの葉)	ジャムサンド 牛乳	なし	七分つき米・ごま 食パン・いちごジャム ブルーベリージャム 砂糖・ごま油	鶏もも肉 牛乳	ひじき・人参・コーン缶 ほうれん草・かぶ・かぶの葉	味噌・みりん・酒・醤油 酢・コンソメ・塩

* 材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。

< 献立作成者 > 久保田

* 完了食は白米を使用します。・完了食のりんご・梨は加熱して提供します。

* 週2回午前のおやつは鉄牛乳を提供します。

末吉にこにこ保育園