



日付	曜	0.1歳児午前	乳幼児昼食		主な材料		
			献立名	おやつ	熱やかになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1	15/29	水	①マンナ ①★麻婆豆腐丼 ②みそ汁(なめこ・あさつき) ③ツナとキャベツの和え物 ④フルーツ	⑥牛乳 ①★あんトースト ②豆腐のずまし汁 ③フルーツ	米 食パン 油・片栗粉	豆腐・小豆 豚肉・味噌 ツナ・マーガリン 牛乳	長ねぎ・椎茸・なめこ 人参 キャベツ・もやし 胡瓜・コーン・あさつき
2	16/30	木	①ヨーグルト ①★ピピンパ丼 ②中華スープ(大根・わかめ) ③★ブロッコリーのおかか和え ④フルーツ	⑥りんごジュース ①★プリン ②いんげんのずまし汁 ③フルーツ	米 油 ごま油	豚肉 味噌 牛乳 かつお節	もやし・人参 にら・わかめ 大根 ブロッコリー
4	18	土	①りんごジュース ①チャンポンにゅうめん ②ウインナーケチャップソテー ③フルーツ	⑥オレンジジュース ①中華おこわ ②長ねぎのスープ ③フルーツ	そうめん 米・もち米 油・ごま油 しらたき	豚肉 ウインナー 鶏肉	人参・にら・しいたけ キャベツ・もやし・あさつき 長ねぎ・玉葱 ピーマン
6	20	月	①クラッカー ①米飯 ②みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) ③★鮭のタルタル焼き ④胡瓜のおかか和え⑤フルーツ	⑥牛乳 ①★ココアケーキ ②豆腐のみそ汁 ③フルーツ	米 ホットケーキミックス	鮭・卵・バター しらす・かつお節 油揚げ・味噌 牛乳・エッグケア	胡瓜・人参 もやし チンゲン菜 パセリ粉
7		火	①ビスケット ①★カレーライス ②★スープ(もやし・コーン) ③マカロニサラダ ④フルーツ	⑥牛乳 ①★クリスマスクッキー ②白菜のずまし汁 ③フルーツ	米・油 マカロニ じゃが芋 小麦粉・パン粉	豚肉 バター エッグケア	玉ねぎ・人参 グリーンピース・キャベツ 胡瓜・あさつき もやし・コーン
8	22	水	①マンナ ①★クロワッサン ②★シチュー ③★ブロッコリーのマヨ和え ④フルーツ	⑥牛乳 ①★わかめおにぎり ②キャベツのみそ汁 ③フルーツ	米 じゃが芋 クロワッサン ごま・油	牛乳・豚肉 ホワイトソース ツナ エッグケア	ブロッコリー 人参・玉ねぎ キャベツ・あさつき 胡瓜・コーン・わかめ
9	23	木	①ヨーグルト ①★きつねうどん ②厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ③フルーツ	⑥牛乳 ①★フルーツゼリー ②じゃが芋のみそ汁	うどん じゃが芋 片栗粉・油	油揚げ・かまぼこ 厚揚げ・牛乳 豚肉	長ねぎ・いんげん ほうれん草 人参 玉ねぎ りんご みかん缶 白桃缶
10	24	金	①クラッカー ①★豚丼 ②★みそ汁(豆腐・なめこ) ③★もやしとわかめの和え物 ④フルーツ	⑥牛乳 ①-1チュロス(10日) ②-2お菓子のパン(期間限定)(2日) ③南島のみそ汁	米・油 じゃがいも ごま・ごま油 片栗粉・しらたき	豚肉 バター 牛乳 豆腐	もやし 人参 玉ねぎ なめこ コーン わかめ のり
11	25	土	①りんごジュース ①ツナとトマトのスパゲティ ②清汁(長ねぎ・わかめ) ③じゃが芋のソテー ④フルーツ	⑥オレンジジュース ①★焼きおにぎり ②茄子のみそ汁 ③フルーツ	スパゲッティ じゃがいも 米・油 ごま	ツナ かつお節	玉ねぎ 人参 ピーマン・パセリ葉 いんげん・長ねぎ わかめ・トマト
13	27	月	①クラッカー ①★わかめごはん②みそ汁(豆腐・みつば) ③★かれのいぬ庵焼き ④★中華風納豆サラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①★焼きそばパン ②大根のスープ	米・ごま油 中華麺・油 ごま ロールパン	カレー・納豆 豆腐・豚肉 牛乳 味噌	小松菜・もやし 人参・みつば キャベツ・ゆず わかめ・青のり
14	28	火	①ビスケット ①★しょうゆラーメン ②じゃが芋のチーズ焼き ③フルーツ	⑥牛乳 ①★昆布のおにぎり ②長ねぎのずまし汁 ③フルーツ	中華麺 じゃが芋 米・油 ごま油	豚肉・牛乳 ベーコン チーズ	もやし・キャベツ 長ねぎ 人参 玉ねぎ・昆布
	31	金	①クラッカー ①★ゆかりご飯②★鶏肉の照り焼き ③★中華スープ(ねぎ・えのき) ④★ポテトサラダ ⑤フルーツ	⑥オレンジジュース ①★パパロア ②わかめのスープ	米 ごま じゃが芋 ごま油	鶏肉 エッグケア	胡瓜・人参 コーン・もやし えのき・長ねぎ ゆかり

★ ひなまつり(誕生日メニュー) ★

3	金	①クラッカー ①ひな祭りごはん②★若竹汁 ③鶏肉とさつま芋の揚げ煮 ④★チーズ入りコーンサラダ ⑤フルーツ	⑥りんごジュース ①-1誕生日ケーキ ①-2ひなあられ	米・油 さつま芋 片栗粉 ひなあられ	チーズ 鶏肉・桜でんぶ 鮭・卵 エッグケア	キャベツ・人参 コーン・胡瓜・長ねぎ トマト・ほうれん草 わかめ絹さや
---	---	---	-----------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	--

★ お別れ会 ★

17	金	①クラッカー ①-1オムライス①-2★ハンバーガー(5歳) ②マカロニグラタン③★唐揚げ ④スープ(キャベツ・コーン) ⑤ツナサラダ ⑥★フライドポテト⑦ゼリー	⑥りんごジュース ①-1パフェ ①-2クッキー	米・マカロニ じゃが芋 小麦粉 片栗粉	バター・鶏肉 卵・牛乳・ベーコン チーズ・ツナ ホイップ	玉ねぎ・コーン ほうれん草・あさつき キャベツ・胡瓜・人参 マッシュルーム・パセリ葉
----	---	--	-------------------------------	------------------------------	---------------------------------------	---

★は、らいおんぐみのリクエストメニューになります。材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。