

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 月	ころっけ こーるすーさらだ なめこじる はくまい	じゃがいも/小麦粉/ パン粉(乾燥)/サラダ 油/水稲穀粒(精白米) ★ルヴァンプレミア ム/いちごジャム(高 糖度)	まぐろ缶詰(油漬ルー 付)/卵/★かに風味 かまぼこ/米みそ(甘 みそ)/牛乳/クリ ムチーズ	玉葱/きゅうり/キャ ベツ/人参/だいこん /ミニトマト/なめこ (ゆで)/カットわかめ	ぎゅうにゅう くらっかーさんど2
2 火	ぶれーんおむれつ やさいのどれっしんぐあえ にまめ こーんすーぶ はくまい	サラダ油/きび砂糖/ 水稲穀粒(精白米)	豚ひき肉/合ミンチ/ 卵/うずら豆/牛乳	玉葱/人参/きゅうり /キャベツ/だいこん /ミニトマト/パレン シアオレンジ	ぎゅうにゅう おれんじ
3 水	けんちんじる こんぶに やくると ばいなつぷる はくまい	板こんにやく/きび砂 糖/水稲穀粒(精白米) /サンドイッチ用パン /いちごジャム(高糖 度)	鶏若鶏肉胸(皮付き)/ 油揚げ/絹ごし豆腐/ 米みそ(甘みそ)/大豆 (国産、ゆで)/ヤクル ト/牛乳	ごぼう/人参/だいこ ん/玉葱/はくさい/ れんこん/さやいんげ ん/こんぶ/パイン缶 詰(果肉のみ)	ぎゅうにゅう じゃむさんど
4 木	さかなのまよねーずやき だいのいそに すなつぐえんどう ちゅうかすーぶ はくまい	マヨネーズ(卵黄型) /板こんにやく/きび 砂糖/サラダ油/片栗 粉/水稲穀粒(精白米) /★プレミックス粉 (ホットケーキ用)	あかうお 55g/鶏若 鶏肉胸(皮付き)/★天 ぶら/大豆(国産、ゆ で)/油揚げ/牛乳/ 卵	干ひじき(スライス、 乾)/人参/さやいん げん/スナップえん どう/玉葱/にら	ぎゅうにゅう ほっとけーき
5 金	ぶたにくのあまからいため すばさら おから おにおんすーぶ はくまい	きび砂糖/ごま油/サ ラスパ/マヨネーズ (卵黄型)/板こんに やく/サラダ油/と うもろこし(冷凍)/ 水稲穀粒(精白米)	豚ロース(脂身付き)/ ロースハム/卵/おか ら(新製法)/油揚げ/ ★天ぶら/★蒸しかま ぼこ/牛乳/さわやか ヨーグルト	ねぎ/玉葱/きゅうり /人参/キャベツ/さ やいんげん/干し椎茸 /バナナ(本) 大	ぎゅうにゅう よーぐると(さわやか) ばなな
6 土	おやこどん つけもの わかめすーぶ ばなな はくまい	きび砂糖/サラダ油/ 水稲穀粒(精白米)/★ チョコスッキー	鶏若鶏肉胸(皮付き)/ ★蒸しかまぼこ/焼き 竹輪/卵/牛乳	玉葱/人参/さやいん げん/大根(たくあん 干し大根漬)/バナナ	ぎゅうにゅう ちよいすくつきー
8 月	わかたけに ばんさんすー たまごすーぶ はくまい	きび砂糖/春雨/と うもろこし缶詰(体 ル)/片栗粉/水稲穀粒(精 白米)/さつまいも/ サラダ油	★天ぶら/いりこ(出 汁用いりこ)/ロース ハム/卵/牛乳	たけのこ(ゆで)/人参 /カットわかめ/きゅ うり/玉葱	ぎゅうにゅう だいがくいも
9 火	ごぼうのやながわふう にぶろっこりーのちーずやき みそしる はくまい	サラダ油/きび砂糖/ マヨネーズ(卵黄型) /水稲穀粒(精白米)	豚ロース(脂身付き)/ ★蒸しかまぼこ/卵/ ピザ用チーズ/パルメ ザンチーズ/油揚げ/ 米みそ(甘みそ)/牛乳	ごぼう/人参/玉葱/ さやいんげん/プロッ コリー/だいこん/ カットわかめ/りんご	ぎゅうにゅう りんご
10 水	とりきものしぐれに やさいのさくらそーす とうふじる はくまい	きび砂糖/じゃがいも /とうもろこし(冷 凍)/マヨネーズ(卵 黄型)/水稲穀粒(精 白米)/★蒸しパンM IX	鶏肝臓(生)/絹ごし豆 腐/米みそ(甘みそ)/ 牛乳	しょうが/人参/キャ ベツ/プロッコリー/ 梅干し 1個/玉葱/ カットわかめ/日本か ぼちゃ	ぎゅうにゅう かぼちゃのむしばん
11 木	つなのちーずきつしゅ2 さらだ3月 ういんなー ふらいこきーる こんそめすーぶ おれんじ、ゼリー、はくまい	ヤングコーン/サラダ 油/プチゼリー/水稲 穀粒(精白米)/★ ショートケーキ	まぐろ缶詰(油漬ルー 付)/卵/ピザ用チ ーズ/★かに風味かま ぼこ/ウィンナー/★フ ライコキール(冷凍) /牛乳	人参/玉葱/コーン缶 詰/ミニトマト/キャ ベツ/パレンシアoren ジ	ぎゅうにゅう けーき
12 金	さばのおろしに やさいのごまあえ ふきのかつおに すましじる はくまい	きび砂糖/すりごま/ 水稲穀粒(精白米)	まさば/★蒸しかまぼ こ/かつお節/絹ごし 豆腐/牛乳/元氣ヨー グルト/さきいか	だいこん/人参/キャ ベツ/もやし/さやい んげん/ほうれんそう /ふき/玉葱/カット わかめ/バナナ(本) 大	ぎゅうにゅう げんきよーぐると ばなな するめ
13 土	こーんしちゅー こんぶのつくだに おれんじ はくまい	とうもろこし(冷凍) /じゃがいも/サラダ 油/水稲穀粒(精白米) /★綱あられ	鶏成鶏肉ささ身/牛乳	人参/玉葱/プロッコ リー/昆布つくだ煮/ パレンシアオレンジ	ぎゅうにゅう つなあられ
15 月	かきあげ あすばらのべーこんいため きのこじる やくると はくまい	小麦粉/サラダ油/水 稲穀粒(精白米)/★パ イシート(冷凍)/きび 砂糖	卵/ベーコン/米みそ (甘みそ)/ヤクルト/ スキムミルク/あずき (乾)/卵黄	ごぼう/人参/さやい んげん/玉葱/アスパ ラガス/黄ピーマン/ ほんしめじ/生しいた け(菌床栽培、生)	みるく あんこばい
16 火	なげつとかれー ふくじんづけ ばいなつぷる すらいすちーず はくまい	じゃがいも/サラダ油/ 水稲穀粒(精白米)	鶏ひき肉/★ナゲット (冷凍)/スライスチ ーズ/牛乳/さわやか ヨーグルト	人参/玉葱/大根(福 神漬)/パイン缶詰(果 肉のみ)/バナナ(本) 大	ぎゅうにゅう よーぐると(さわやか) ばなな
17 水	さかなのふらいおーろらそ なつとういりそぼろ かきたまじる はくまい	小麦粉/パン粉(乾燥) /サラダ油/マヨネ ーズ(卵黄型)/ごま油 /水稲穀粒(精白米)	あかうお 55g/卵/ 糸引納豆/豚ひき肉/ 牛乳	玉葱/にら/大根(た くあん干し大根漬)/ 人参/カットわかめ/ りんご	ぎゅうにゅう りんご

(★印はアレルギー除去対象食品です)