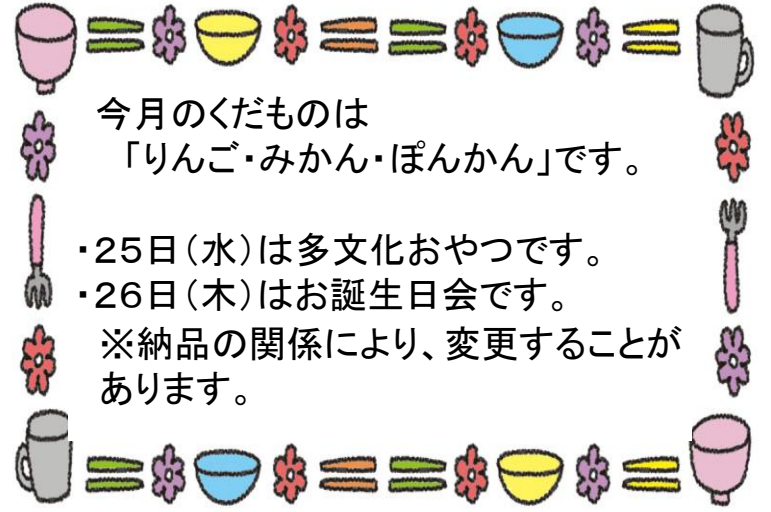


【今年度、初めて出る食材】

・ぽんかん (27日)

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、

乳児の朝のおやつは
毎日牛乳です



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	
1	日	元日					
2	月	年始休園					
3	火	年始休園					
4	水	ツナカレーライス 切干大根のサラダ りんご	豆乳寒天 苺ソースがけ 牛乳	米、じゃが芋 油、小麦粉 さとう、ごま油、ごま いちごジャム	ツナ 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、切干大根 きゅうり、わかめ、りんご	カレー粉、コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、酢、醤油 寒天
5	木	ごはん 鶏肉の照り焼き 大豆とひじき炒り煮 味噌汁(玉ねぎ・油揚) りんご	コーンのチーズパン 牛乳	米、油、さとう ホットケーキミックス エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉、大豆水煮 ちくわ、油揚、白味噌 プレーンヨーグルト ピザ用チーズ 牛乳	ひじき、にんじん、こんにゃく 玉ねぎ、りんご、コーン しょうが	醤油、みりん 出汁
6	金	ごはん 松風焼き 三色なます 清汁(榎木茸・わかめ) みかん	干支(うさぎ)クッキー 牛乳	米、油、さとう 小麦粉 いちごジャム	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	ねぎ、にんじん、青のり 大根、きゅうり、えのき わかめ、みかん	塩、酢、醤油 バニラエッセンス ココア
7	土	ごはん ピーマン肉詰め マカロニサラダ 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	わかめごはん 牛乳	米、片栗粉、マカロニ エッグケアマヨネーズ 麩	豚ひき肉 白味噌 牛乳	ピーマン、玉ねぎ きゅうり、にんじん、ねぎ りんご	ケチャップ、中濃ソース 塩、出汁 わかめごはんの素
8	日						
9	月	成人の日					
10	火	サンマーメン 棒餃子 りんご	ゆかりひじきごはん 牛乳	焼きそば麺、ごま油 油、片栗粉、さとう 餃子の皮 ごま	豚小間肉 鶏ひき肉 牛乳	干しいたけ、にんじん、白菜 もやし、にら、たまねぎ にんにく、しょうが、りんご ひじき	塩、料理酒、醤油 中華だし みりん、ゆかり
11	水	ごはん サバの味噌煮 小松菜と焼竹輪の胡麻和え 根菜汁 みかん	おしるこ おかき 牛乳	米、さとう、ごま ごま油、片栗粉 さつま芋、生あられ	さば、白味噌 ちくわ、あずき 牛乳	しょうが、小松菜、にんじん 大根、ごぼう、しめじ、ねぎ みかん	みりん、醤油 塩、出汁
12	木	ロールパン ダージパイ(台湾から揚げ) じゃが芋とツナの炒め物 ミネストローネ りんご	ジャンバラヤ 牛乳	バターロール さとう、片栗粉、米粉 油、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ オリーブ油、米	鶏むね肉、ツナ ウィンナー 牛乳	しょうが、にんにく、ピーマン 青のり、キャベツ、玉ねぎ にんじん、ダイストマト缶 パセリ、りんご	醤油、料理酒、塩 中濃ソース、コンソメ ケチャップ、みりん
13	金	ごはん 肉団子と白菜の煮物 小魚大豆 味噌汁(里芋・ねぎ) みかん	りんごケーキ 牛乳	米、片栗粉、春雨 さとう、さつま芋、ごま 里芋、小麦粉、黒砂糖	鶏ひき肉 ちりめん、大豆水煮 白味噌、豆乳 牛乳	玉ねぎ、しょうが、白菜 ねぎ、みかん、りんご	塩、出汁、料理酒 醤油 ベーキングパウダー
14	土	ごはん 信田煮 スピナチサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	ポン菓子おこし 牛乳	米、片栗粉、さとう ごま、じゃが芋 ぽん菓子、油	油揚、鶏ひき肉 ツナ、白味噌 牛乳	しょうが、ひじき、にんじん ねぎ、ほうれん草、玉ねぎ りんご	料理酒、塩、出汁 みりん、醤油、酢 水あめ
15	日						
16	月	いちごジャムサンド チキンマカロニグラタン ごぼうサラダ かぼちゃのスープ みかん	巻きおいなり 牛乳	食パン、いちごジャム マカロニ、油、小麦粉 パン粉、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ 米、ごま、さとう	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ 油揚 牛乳	玉ねぎ、ごぼう、にんじん きゅうり、パセリ、みかん	塩、コンソメ、醤油 酢、みりん、出汁

