

おやつ 乳児	材料名					卵	乳	魚	小麦
	昼食	午後おやつ	血や肉をつくるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの				
1 火	冬休み (休園)								
2 水	冬休み (休園)								
3 木	冬休み (休園)								
4 金	麦茶 チーズ 御飯 スープ 高野豆腐の旨煮 マカロニサラダ	麦茶 ブルーベリー・ジャムケーキ	ツナ・高野豆腐・豆乳	米・小麦粉・マーガリン・マカロニ・じゃが芋・マヨドレ	玉ねぎ・グリーンピース・人参・ブロッコリー・コーン・ブルーベリー・ジャム		○		○
5 土	麦茶 せんべい ナポリタン スープ ゼリー	麦茶 クラッカー・せんべい	ウィンナー・豆腐	スパゲティ・油	人参・玉ねぎ・ピーマン・コーン・パセリ・果物		○		○
7 月	牛乳 せんべい 米 味噌汁 中華風ローストチキン キャベツとわかめの酢の物 (果物)	牛乳 小倉蒸しパン	鶏肉・牛乳・豆乳・小豆	米・油・小麦粉・ごま・ごま油	なめこ・ほうれん草・玉ねぎ・生姜・にんにく・キャベツ・人参・わかめ・(果物)		○		○
8 火	牛乳 じゃが芋 米 味噌汁 鮭の塩焼き ハムともやしのカレーサラダ 果物	牛乳 きな粉クリームサンド	鮭・牛乳・ハム・きな粉クリーム	米・マヨドレ・パン	南瓜・人参・もやし・胡瓜・果物		○		○
9 水	牛乳 さつま芋 御飯 スープ 松風焼き 千草和え 果物	麦茶 ウエハース ヨーグルト	豆腐・鶏肉・卵・ヨーグルト・スキムミルク	米・パン粉・ごま・油	小葱・玉ねぎ・人参・小松菜・えのき・もやし・果物	○	○		○
10 木	牛乳 じゃが芋 御飯 味噌汁 煮豚 揚げレンコンときのこの黒ゴマだれ 果物	牛乳 ミルクマドレーヌ	豚肉・スキムミルク・卵・牛乳	米・油・マーガリン・黒ゴマ・小麦粉	キャベツ・人参・にんにく・生姜・葱・舞茸・進根・しめじ・エリンギ・果物		○	○	○
11 金	牛乳 南瓜 パン スープ マカロニグラタン コールスローサラダ 果物	麦茶 ツナ昆布おにぎり	鶏肉・牛乳・ツナ	パン・パン粉・マカロニ・米・小麦粉・じゃが芋・油・マーガリン	玉ねぎ・人参・キャベツ・エリンギ・パセリ・ブロッコリー・塩こぶ・果物	○	○		○
12 土	牛乳 せんべい 豚丼 味噌汁 果物	牛乳 クラッカー・せんべい	豚肉・牛乳	米・油・さつま芋	玉ねぎ・しめじ・いんげん・果物		○		○
14 月	成人の日 (休園)								
15 火	麦茶 チーズ 御飯 味噌汁 鶏のバーベキューソース焼き さつま芋の昆布煮 (果物)	牛乳 きなこのスノーボールクッキー	鶏肉・きな粉・豆乳・牛乳	米・さつま芋・油・米粉	なめこ・水菜・玉ねぎ・にんにく・切り昆布・(果物)		○		
16 水	牛乳 せんべい 赤飯 すまし汁 えび天ぷら 五色なます プチデザート (果物)	麦茶 プリン 歌舞伎揚げ	えび・小豆・油揚げ	米・もち米・小麦粉・油・ごま	ほうれん草・しめじ・しらたき・大根・人参・胡瓜・(果物)	○			○
17 木	牛乳 南瓜 米 味噌汁 炒り鶏 ふろふき大根 果物	牛乳 アップルパイ	鶏肉・牛乳	米・里芋・パイ皮	玉ねぎ・わかめ・牛蒡・筍・人参・いんげん・こんにゃく・大根・りんご・干しぶどう・果物		○		○
18 金	牛乳 じゃが芋 御飯 味噌汁 ひじき入り厚焼卵 おかか和え 果物	牛乳 五平餅	鶏肉・卵・牛乳	米・もち米・油・ごま	南瓜・水菜・にんじん・玉ねぎ・ひじき・小松菜・もやし・果物	○			○
19 土	牛乳 せんべい 中華丼 春雨スープ 果物	牛乳 クラッカー・せんべい	豚肉・牛乳	米・春雨・ごま油	白菜・人参・玉ねぎ・青梗菜・果物		○		○
21 月	牛乳 せんべい すまし汁 鶏肉の胡麻みそ焼き 白菜の生姜和え (果物)	牛乳 ちんすこう	鶏肉・牛乳	米・ごま・ラード・小麦粉	しめじ・ほうれん草・玉ねぎ・白菜・人参・生姜・(果物)		○		○
22 火	牛乳 南瓜 パン スープ ボークビーンズ フレンチサラダ 果物	麦茶 いなり寿司	豚肉・大豆・油揚げ	パン・米	わかめ・パセリ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・トマト・いんげん・キャベツ・胡瓜・コーン・果物	○	○		○
23 水	牛乳 さつま芋 御飯 金時豆と冬野菜の味噌汁 煮魚 ブロッコリーサラダ 果物	牛乳 ホットドック	赤魚・金時豆・ウィンナー・牛乳	パン・米・油	大根・白菜・進根・生姜・ブロッコリー・人参・カリフラワー・キャベツ・果物		○		○
24 木	麦茶 チーズ 御飯 味噌汁 肉豆腐 ほうれん草のお浸し 果物	牛乳 メロンパン	豆腐・豚肉・牛乳	米・油・さつま芋	人参・玉ねぎ・水菜・いんげん・しらたき・ほうれん草・もやし・果物		○		○
25 金	牛乳 せんべい ゆかり御飯 豚汁 野菜の塩こぶ和え 果物	牛乳 カステラ	豚肉・牛乳	米・油・じゃが芋	玉ねぎ・にんじん・しめじ・小葱・キャベツ・胡瓜・もやし・塩こぶ・果物		○		○
26 土	牛乳 せんべい ビビンバ スープ 果物	牛乳 クラッカー・せんべい	豚肉・高野豆腐・牛乳	米・ごま油	生姜・にんにく・もやし・人参・ほうれん草・チンゲン菜・果物		○		○
28 月	牛乳 せんべい 御飯 味噌汁 スペニッシュオムレツ ツナサラダ (果物)	牛乳 ラスク	鶏肉・卵・ツナ・牛乳	米・じゃが芋・油・フランスパン・マーガリン	切り大根・わかめ・ピーマン・玉ねぎ・キャベツ・胡瓜・人参	○			○
29 火	牛乳 南瓜 御飯 すまし汁 鯖の味噌煮 しらすと小松菜の中華和え 果物	牛乳 抹茶ケーキ	豆腐・鯖・しらす・卵	米・小麦粉・マーガリン・ごま油	なめこ・生姜・小松菜・えのき・果物		○		○
30 水	牛乳 せんべい 御飯 きのことスープ 鶏肉野菜ソテー さつま芋の天ぷら 果物	牛乳 フルーツサンド	ベーコン・鶏肉・牛乳・生クリーム	米・さつま芋・油・パン	玉ねぎ・舞茸・えのき・キャベツ・玉ねぎ・人参・いんげん・果物		○		○
31 木	麦茶 チーズ カレーライス スープ 大根サラダ 果物	麦茶 ビスケット ヨーグルト	豚肉・牛乳・ハム・ヨーグルト	米・小麦粉・油・マーガリン・じゃが芋	もやし・パセリ・りんご・玉ねぎ・にんにく・生姜・胡瓜・人参・キャベツ・大根・果物		○		○

◎○が付いている献立にはアレルギー原材料の卵(鶏卵)、乳・乳製品、青魚・鱈・赤魚、小麦が含まれています。(上段昼食、下段おやつに対応)

◎材料内の/以降は、おやつのもので表示です。 ◎愛児園では、お砂糖には原則的に三温糖を使用しています。

◎長時間おやつは、せんべい・クッキーなど夕食に影響が無いものを提供しています。