

	献立名				食材		
	乳児おやつ	主食	副食 ( ):乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1月	牛乳 ポーロ	御飯	味噌汁 鶏のレモン煮 キャベツとワカメの酢の物 (果物)	牛乳 胡麻クッキー	米 マーガリン 小麦粉 麩 ごま	鶏肉 味噌 牛乳	キャベツ 人参 もやし 小松菜 玉葱
2火	牛乳 じゃが芋		タコライス スープ 根菜サラダ 果物	麦茶 あじさいゼリー	米 マヨネーズ さつま芋	豚肉 豆腐 チーズ 牛乳	人参 玉葱 キャベツ しめじ ブロccoli
3水	麦茶 チーズ		あんかけ焼きそば スープ ポテトサラダ 果物	麦茶 カレーちまき	もち米 マヨネーズ 米 中華麺 じゃが芋	豚肉 鶏肉 ハム	白菜 玉葱 ニラ もやし 人参 しめじ オクラ 葱
4木	牛乳 せんべい	青菜 御飯	けんちん汁 魚のコーン焼き ふろふき大根 (果物)	牛乳 りんご蒸しパン	米 ケーキミックス コーン チーズ	鶏肉 味噌 かれない 牛乳	ごぼう 人参 長葱 大根
5金	牛乳 さつま芋	御飯	すまし汁 肉じゃが ほうれん草のおひたし (果物)	牛乳 お麩ラスク	米 じゃが芋 麩 マーガリン	豚肉 豆腐 しらたき 牛乳	人参 玉葱 なめこ ほうれん草 もやし
6土	牛乳		焼うどん スープ 果物	麦茶 せんべい ヨーグルト	うどん	豚肉 ヨーグルト	玉葱 人参 キャベツ ニラ ほうれん草
8月	牛乳 ポーロ	御飯	味噌汁 鶏の香味焼き カルシウムサラダ (果物)	牛乳 コーンマフィン	米 小麦粉 チーズ マーガリン マヨネーズ	牛乳 鶏肉 しらす 味噌 卵 油揚げ	人参 胡瓜 葱 南瓜
9火	牛乳 じゃが芋	御飯	スープ 白菜の春雨煮 中華和え 果物	牛乳 ブルーベリーパイ	米 パイシート 春雨 ごま油	豚肉 牛乳	大根 白菜 人参 しめじ もやし 胡瓜
10水	麦茶 チーズ	パン	きのこスープ えびマカロニグラタン ブロッコリーサラダ (果物)	麦茶 せんべい ヨーグルト	マカロニ パン パン粉 マーガリン 小麦粉	ベーコン 海老 牛乳 ヨーグルト	玉葱 舞茸 えのき ブロッコリー 人参
11木	牛乳 さつま芋	わかめ 御飯	味噌汁 煮魚 きんぴら (果物)	麦茶 あべかわ団子	米 白玉粉 さつま芋 きな粉 マヨネーズ	かじき 味噌 豆腐	しめじ 胡瓜 人参 レンコン いんげん
12金	牛乳 せんべい		冷やしうどん 具沢山汁 胡麻サラダ 果物	麦茶 深川おにぎり	米 うどん	ハム 卵 鶏肉 牛乳 あさり	胡瓜 キャベツ トマト 小松菜 人参 もやし
13土	牛乳		エッグピラフ 野菜スープ 果物	牛乳 ビスケット かりんとう	米 マーガリン ビスケット	牛乳 鶏肉 卵 ヨーグルト	キャベツ 玉葱 人参
15月	牛乳 ポーロ	御飯	味噌汁 鶏のレモン煮 キャベツとワカメの酢の物 (果物)	牛乳 豆腐スコーン	米 麩 マーガリン 小麦粉	鶏肉 味噌 牛乳 豆腐	キャベツ 人参 もやし 小松菜 玉葱
16火	牛乳 じゃが芋		あんかけ焼きそば スープ ポテトサラダ 果物	麦茶 クリームブリュレ	米 ごま油 じゃが芋 中華麺 マヨネーズ	豚肉 牛乳	白菜 玉葱 ニラ もやし 人参 しめじ オクラ 葱
17水	麦茶 チーズ		スパゲティミートソース かきたまスープ ツナサラダ 果物	牛乳 フォンダンショコラ	スパゲティ 小麦粉 マーガリン	牛乳 豚肉 牛肉 チーズ ツナ 卵 豆腐	玉葱 小松菜 セロリ キャベツ 胡瓜 人参
18木	牛乳 せんべい	青菜 御飯	けんちん汁 魚のコーン焼き ふろふき大根 (果物)	牛乳 ポテトもち	米 チーズ じゃが芋 コーン	鶏肉 かれない 牛乳 味噌	ごぼう 人参 長葱 大根
19金	牛乳 さつま芋	御飯	すまし汁 肉じゃが ほうれん草のおひたし (果物)	牛乳 ポンデケージョ	白玉粉 じゃが芋 ケーキミックス 米	豚肉 豆腐 チーズ しらたき 牛乳	人参 玉葱 なめこ ほうれん草 もやし
20土	牛乳		焼うどん スープ 果物	麦茶 せんべい ヨーグルト	うどん	豚肉 ヨーグルト	玉葱 人参 キャベツ ニラ ほうれん草
22月	牛乳 ポーロ	御飯	味噌汁 鶏の香味焼き カルシウムサラダ (果物)	牛乳 オレンジマフィン	米 小麦粉 チーズ マーガリン マヨネーズ	牛乳 鶏肉 しらす 味噌 卵 油揚げ	人参 胡瓜 葱 南瓜
23火	牛乳 じゃが芋	御飯	スープ 白菜の春雨煮 中華和え 果物	麦茶 そうめん汁	米 そうめん ごま 春雨	鶏肉 豆腐	大根 白菜 人参 水菜 しめじ もやし 胡瓜
24水	麦茶 チーズ	パン	きのこスープ えびマカロニグラタン ブロッコリーサラダ (果物)	牛乳 せんべい ゼリー	マカロニ パン パン粉 マーガリン 小麦粉	ベーコン 海老 牛乳	玉葱 舞茸 えのき ブロッコリー 人参
25木	牛乳 せんべい	わかめ 御飯	味噌汁 煮魚 きんぴら (果物)	麦茶 みたらし団子	米 白玉粉 さつま芋 きな粉 マヨネーズ	かじき 味噌 豆腐	しめじ 胡瓜 人参 レンコン いんげん
26金	牛乳 さつま芋		冷やしうどん 具沢山汁 胡麻サラダ 果物	牛乳 クラッカーサンド	うどん クラッカー 米 じゃが芋	ハム 卵 鶏肉 クリームチーズ	胡瓜 もやし キャベツ 小松菜 人参 トマト
27土	牛乳		エッグピラフ 野菜スープ 果物	牛乳 ビスケット かりんとう	米 マーガリン ビスケット	牛乳 鶏肉 卵 ヨーグルト	キャベツ 玉葱 人参
29月	牛乳 ポーロ	御飯	味噌汁 豚肉の生姜焼き風炒め キャベツのおかか和え (果物)	牛乳 アップルパイ	米 麩 パイシート	豚肉 かまぼこ 牛乳 味噌	えのき キャベツ 人参 ピーマン 玉葱
30火	牛乳 じゃが芋		ミックスピラフ コーンスープ 竹輪のカレー風味揚げ 海老サラダ デザート	麦茶 せんべい ヨーグルト	米 小麦粉	牛乳 鶏肉 竹輪 卵 えび ヨーグルト	人参 玉葱 青梗菜 キャベツ 胡瓜

- ◎ 納品の都合により献立内容を変更する場合がございます
- ◎ 砂糖は三温糖を使用しています
- ◎ 出汁はかつおと煮干しからとっています

作成 栄養士 山崎