



月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
冬季休園	冬季休園	冬季休園	テリコンライス ツナ缶・玉ねぎ・水煮大豆・人参・れんこん カレー粉・ホルトマト・しょうゆ・三温糖 分付米	ひじきごはん ひじき・人参・ごぼう・しょうゆ・みりん・七分付米	あんかけ丼 豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・ねぎ・ごま油 三温糖・みりん・しょうゆ・片栗粉・七分付米
			清汁 麩・わかめ・しょうゆ・塩	豚肉の黒酢炒め 豚肉・玉ねぎ・黒酢・しょうゆ・みりん 三温糖・油	
			せんべい 牛乳 ばりこ	黒豆ポテトサラダ 黒豆・さつまいも・じゃがいも マヨレ・塩糖・塩・三温糖	清汁 かぼちゃ・小松菜・しょうゆ・塩
				七草汁 七草・油揚げ・みそ	
8日 成人の日	9日	10日	11日	12日	13日
	鶏肉のクリームソースかけ 鶏もも肉・塩麹・パセリ・玉ねぎ・油・小麦粉 えのき・しめじ・豆乳・しょうゆ・みそ	鮭の照り焼き 生鮭・しょうゆ・みりん・酒	ポークチャップ 豚肉・玉ねぎ・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・油	松風焼き 鶏ミンチ・豆腐・人参・玉ねぎ・三度豆・パン粉・ ごま・みそ・三温糖・しょうゆ・塩	肉うどん 豚肉・レタス・大根・玉ねぎ・人参 三温糖・みりん・しょうゆ・塩・乾麺
	ツナ炒め チンゲン菜・れんこん・パプリカ・ツナ缶 しょうゆ・みりん・油	煮豆 水煮大豆・つきこんにやく・玉ねぎ・昆布 三温糖・しょうゆ	甘辛ポテト じゃがいも・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・ごま油	切干大根煮 切干大根・小松菜・ごぼう・三温糖・ しょうゆ	かつお和え かぼちゃ・カリフラワー・もやし・しょうゆ かつお
	紅白なます 大根・金時人参・すし酢・酢・塩	サラダ キャベツ・ブロッコリー・人参・マヨレ・しょうゆ	洋風サラダ ほうれん草・かぶ・春菊・人参・三温糖・酢 しょうゆ・オリーブ油	ゆかり和え しる栗・長いも・パプリカ・ゆかり粉・しょうゆ	
	清汁 里芋・白菜・三つ葉・しょうゆ・塩	みそ汁 さつまいも・白ねぎ・もずく・みそ	スープ 麩・もやし・チンゲン菜・しょうゆ・塩・コンソメ	みそ汁 畑菜・なめこ・昆布・みそ	せんべい ばりこ
	みたらしパン 牛乳 食パン・しょうゆ・三温糖・片栗粉・水	スノーボール みかん 牛乳 小麦粉・片栗粉・油・三温糖・砂糖・豆乳	おにぎり りんご 牛乳 焼きのり・塩・七分付米	小豆せんべい 牛乳 白玉粉・ゆであずき・塩・水	
15日	16日	17日	18日	19日	20日
洋風混ぜご飯 玉ねぎ・しめじ・コーン・ベーコン・みりん しょうゆ・油・七分付米	豚肉のカレー炒め 豚肉・パプリカ・玉ねぎ・しょうゆ・みりん 三温糖・カレー粉・油	ぶりのゆずおろしかけ 鰹・塩麹・片栗粉・油・大根・ねぎ・しょうゆ みりん・柚子	鶏手羽元ディアボラ風 鶏手羽元・塩糖・玉ねぎ・オリーブ油・パセリ・ しょうゆ・酒・みりん	白身魚の梅塩麹焼き 白身魚・梅肉・塩糖・みりん	けんちんうどん 豚肉・人参・白ねぎ・玉ねぎ・チンゲン菜・乾麺・ 塩糖・三温糖・みりん・しょうゆ・塩
鶏肉の甘辛焼き 鶏むね肉・三温糖・しょうゆ・片栗粉・油	れんこんチーズ焼き れんこん・塩糖・チーズ	炒り豆腐 木綿豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・三度豆・油 三温糖・しょうゆ・片栗粉	こんにやく炒め 糸こんにやく・人参・水菜・鮭フレーク・しょうゆ 三温糖・ごま油	かぼちゃ煮 かぼちゃ・しょうゆ・三温糖	和え物 長いも・レタス・れんこん・三温糖・レモン果汁・ しょうゆ・オリーブ油
さつまいもサラダ さつまいも・ほうれん草・人参・しょうゆ・三温糖・ 油	ツナマヨサラダ 小松菜・かぶ・人参・ツナ缶・マヨレ・しょうゆ	甘酢和え チンゲン菜・ブロッコリー・人参・すし酢・三温糖・ しょうゆ	海苔和え 白菜・もやし・ごぼう・焼きのり・しょうゆ	春菊のナムル 春菊・キャベツ・人参・しょうゆ・ごま油・三温糖	
清汁 豆腐・キャベツ・しょうゆ・塩	スープ かぼちゃ・春菊・カイワレ大根・しょうゆ・塩 コンソメ	みそ汁 レタス・えのき・春菊・みそ	清汁 里芋・ほうれん草・とろろ昆布・しょうゆ・塩	かす汁 油揚げ・大根・小松菜・しめじ・酒粕・みそ	
ヨーグルトケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・ヨーグルト・牛乳 スキムミルク・油	きなこクリームパン 牛乳 食パン・きな粉・三温糖・豆乳	大学芋 みかん 牛乳 さつまいも・油・三温糖・しょうゆ・黒ごま	もちもちみそおにぎり りんご 牛乳 七分付米・もち米・みそ・しょうゆ・三温糖 みりん・ごま	ピザまん 牛乳 片栗粉・強力粉・小麦粉・三温糖 ドライイースト・油・水・ベーコン・玉ねぎ コン・ピザの具・ケチャップ・チーズ	ビスケット アスバラガスビスケット
22日	23日	24日	25日	26日 お誕生会	27日
そぼろごはん 豚ミンチ・人参・ニラ・酒・三温糖・しょうゆ・油・ 七分付米	さばの竜田焼き 鯖・塩糖・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉	ポークジンジャー 豚肉・生姜・りんご・玉ねぎ・しょうゆ・酢 みりん・油	鮭のちゃんちゃん焼き 生鮭・しめじ・玉ねぎ・塩糖・みそ・みりん しょうゆ・三温糖	おすし かんぴょう・人参・ほうれん草・ちりめんじゃこ・ れんこん・すし酢・酢・しょうゆ・三温糖・塩 七分付米	豚丼 豚肉・人参・玉ねぎ・小松菜・もやし・酒・みりん・ しょうゆ・油・七分付米
鶏肉の柚庵焼き 鶏もも肉・柚子・酒・三温糖・しょうゆ	かぶのそぼろ煮 かぶ・かぶの葉・鶏ミンチ・しょうゆ・三温糖 みりん・片栗粉	長芋の塩麹焼き 長いも・塩糖・油	高野豆腐煮 高野豆腐・人参・しょうゆ・三温糖	クリスピーチキン 鶏むね肉・塩糖・片栗粉・コンフレーク 油	
ごま和え キャベツ・カリフラワー・パプリカ・ごま ねりごま・三温糖・しょうゆ	フレンチサラダ ほうれん草・れんこん・玉ねぎ・レタス・オリーブ 油・酢・塩・しょうゆ	納豆和え ひきわり納豆・白菜・春菊・人参・しょうゆ かつお	さっぱり和え 小松菜・大根・ごぼう・かぼす果汁・しょうゆ 三温糖	スパゲティサラダ スパゲティ・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・ 人参・マヨレ・塩	
清汁 かぼちゃ・玉ねぎ・豆腐・しょうゆ・塩	みそ汁 さつまいも・人参・水菜・みそ	清汁 麩・チンゲン菜・わかめ・しょうゆ・塩	スープ 里芋・もやし・三つ葉・しょうゆ・塩・コンソメ	豚汁 豚肉・キャベツ・じゃがいも・ねぎ・みそ	清汁 豆腐・白菜・しょうゆ・塩
ココア蒸しパン 牛乳 小麦粉・ココア・BP・三温糖・スキムミルク 牛乳・無塩バター	豆乳クリームパン 牛乳 食パン・豆乳・三温糖・コーンスターチ	抹茶クッキー みかん 牛乳 小麦粉・BP・豆乳・油・三温糖・塩・抹茶	おにぎり りんご 牛乳 昆布・みりん・三温糖・しょうゆ・七分付米	チーズケーキ 牛乳 ホットケーキミックス・クリームチーズ・ヨーグルト 牛乳・三温糖・柚子	せんべい きなこもちせんべい
29日	30日	31日	<div data-bbox="798 1657 1500 1926" data-label="Complex-Block"> <p style="text-align: center;">ディアボラ風</p> <p>ディアボラはイタリア語で「悪魔の」という意味です。 ディアボラ風という名前の料理はイタリアのトスカナ地 方で発祥したといわれ、一般的には鶏を丸ごと一羽使っ てオリーブ油で皮をパリッと焼いた鶏料理を示します。</p>  </div>		
香りごはん しめじ・生姜・昆布・人参・三つ葉・しょうゆ みりん・酒・七分付米	さわらのかば焼き 鯖・酒・塩糖・片栗粉・油・三温糖・しょうゆ みりん・だし汁	肉豆腐 豚肉・豆腐・糸こんにやく・玉ねぎ・ 酒・しょうゆ・三温糖・みりん			
鶏肉のマヨレ焼き 鶏むね肉・塩糖・マヨレ・しょうゆ	煮浸し 白菜・油揚げ・かぶ・みりん・しょうゆ・片栗粉	さつまいものシナモン焼き さつまいも・しょうゆ・シナモン・油			
カレーサラダ 長いも・チンゲン菜・玉ねぎ・しょうゆ・カレー粉・ 酢・三温糖・油	梅和え キャベツ・もやし・人参・梅肉・しょうゆ・三温糖	じゃこ和え 小松菜・ブロッコリー・パプリカ・しょうゆ ちりめんじゃこ			
清汁 レタス・れんこん・畑菜・しょうゆ・塩	スープ じゃがいも・玉ねぎ・ほうれん草・しょうゆ・塩 コンソメ	みそ汁 人参・なめこ・チンゲン菜・みそ			
甘納豆蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・豆乳・油・甘納豆	ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	大根もち みかん 牛乳 大根・白玉粉・ニラ・油・酢・しょうゆ			

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七分付米