

|                       | 1月4日（土）                                                                                                                                                                                                                                     | 1月6日（月）                                                                                                                                                                                                                                                     | 1月7日（火）                                                                                                                                                                                                                                   | 1月8日（水）                                                                                                                                                                                                                             | 1月9日（木）                                                                                                                                                                                                                                                           | 1月10日（金）                                                                                                                                                                                                                                                 | 1月11日（土）                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| や朝<br>つお              | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                                                | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                                    | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                    | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                                            | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                                                                      | ●おこさませんべい                                                                                                                                                                                                                                                | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                      |
| 給<br>食                |                                                                                                                                                                                                                                             | ●ご飯<br>●松風焼き<br>●小松菜のしらす和え<br>●すまし汁<br>●ヨーグルト                                                                                                                                                                                                               | ●鶏南蛮うどん<br>●磯辺揚げ<br>●みかん                                                                                                                                                                                                                  | ●黒糖ロール<br>●ガリバタ醤油チキン<br>●マカロニサラダ<br>●コンソメスープ<br>●柿<br>●牛乳                                                                                                                                                                           | ●ご飯<br>●鮭のバター醤油焼き<br>●ほうれん草の納豆和え<br>●味噌汁<br>●ヨーグルト                                                                                                                                                                                                                | ●ご飯<br>●ブルコギ炒め<br>●さっぱり塩昆布和え<br>●味噌汁<br>●バナナ                                                                                                                                                                                                             | ●ご飯<br>●たらの味噌マヨ焼き<br>●ビーフンソテー<br>●野菜スープ<br>●りんご                                                                                                                                                                             |
| 材<br>料                | 協力保育（弁当）                                                                                                                                                                                                                                    | ●ご飯<br>米<br><br>●松風焼き<br>鶏ミンチ<br>豆腐<br>玉葱<br>おろし生しょうが<br>片栗粉<br>白みそ<br>料理酒<br>みりん風調味料<br>いりごま(黒)<br>いりゴマ(白)<br><br>●小松菜のしらす和え<br>小松菜<br>人参<br>しらす干し<br>濃口醤油<br>上白糖<br><br>●すまし汁<br>おつゆ麴<br>玉葱<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト(Ca) | ●鶏南蛮うどん<br>うどん<br>鶏もも肉<br>うす揚げ<br>白ねぎ<br>人参<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>みりん風調味料<br>塩<br><br>●磯辺揚げ<br>焼きちくわ<br>小麦粉<br>水<br>青さのり<br>サラダ油<br><br>●みかん<br>みかん                                                                                  | ●黒糖ロール<br>黒糖ロール(卵なし)<br><br>●ガリバタ醤油チキン<br>鶏もも肉<br>濃口醤油<br>上白糖<br>料理酒<br>おろし生にんにく<br>有塩バター<br><br>●マカロニサラダ<br>マカロニ<br>ブロッコリー<br>人参<br>マヨドレ<br>塩<br><br>●コンソメスープ<br>じゃがいも<br>しめじ<br>水<br>チキンコンソメ<br>塩<br><br>●柿<br>柿<br><br>●牛乳<br>牛乳 | ●ご飯<br>米<br><br>●鮭のバター醤油焼き<br>さけ<br>濃口醤油<br>上白糖<br>有塩バター<br><br>●ほうれん草の納豆和え<br>ほうれん草<br>人参<br>ひきわり納豆<br>うすくち醤油<br><br>●味噌汁<br>大根<br>玉葱<br>カットワカメ<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト(Ca)                                                                  | ●ご飯<br>米<br><br>●ブルコギ炒め<br>豚ももスライス<br>春雨<br>玉葱<br>人参<br>サラダ油<br>おろし生にんにく<br>料理酒<br>濃口醤油<br>上白糖<br>ごま油<br><br>●さっぱり塩昆布和え<br>白菜<br>大根<br>塩昆布<br>うすくち醤油<br>上白糖<br>穀物酢<br>だし汁(かつお昆布)<br><br>●味噌汁<br>豆腐<br>うす揚げ<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●バナナ<br>バナナ | ●ご飯<br>米<br><br>●たらの味噌マヨ焼き<br>たら<br>料理酒<br>白みそ<br>マヨドレ<br>みりん風調味料<br><br>●ビーフンソテー<br>白ビーフン<br>玉葱<br>ピーマン<br>人参<br>ごま油<br>濃口醤油<br>上白糖<br><br>●野菜スープ<br>キャベツ<br>人参<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●りんご<br>りんご            |
| 3<br>時<br>お<br>や<br>つ | ●牛乳<br>●ミニたいやき(つぶあん)                                                                                                                                                                                                                        | ●牛乳<br>●バナナケーキ<br>小麦粉<br>ベーキングパウダー<br>上白糖<br>豆乳<br>サラダ油<br>バナナ                                                                                                                                                                                              | ●麦茶<br>●七草粥<br>米<br>七草セット<br>大根<br>塩                                                                                                                                                                                                      | ●麦茶<br>●わかめチーズおにぎり<br>米<br>ダイスチーズ<br>わかめごはんの素                                                                                                                                                                                       | ●牛乳<br>●れんこんチップス<br>レンコン<br>サラダ油<br>塩                                                                                                                                                                                                                             | ●牛乳<br>●フレンチトースト<br>食パン<br>鶏卵<br>牛乳<br>上白糖<br>無塩バター                                                                                                                                                                                                      | ●牛乳<br>●ドームケーキ(カスタード)                                                                                                                                                                                                       |
|                       | 1月14日（火）                                                                                                                                                                                                                                    | 1月15日（水）                                                                                                                                                                                                                                                    | 1月16日（木）                                                                                                                                                                                                                                  | 1月17日（金）                                                                                                                                                                                                                            | 1月18日（土）                                                                                                                                                                                                                                                          | 1月20日（月）                                                                                                                                                                                                                                                 | 1月21日（火）                                                                                                                                                                                                                    |
| や朝<br>つお              | ●おこさませんべい                                                                                                                                                                                                                                   | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                                                                | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                  | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                              | ●おこさませんべい                                                                                                                                                                                                                                                         | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                                                             | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                                    |
| 給<br>食                | ●ミートスパゲティ<br>●フレンチサラダ<br>●野菜スープ<br>●みかん                                                                                                                                                                                                     | ●ご飯<br>●アジの塩焼き<br>●きんぴられんこん<br>●味噌汁<br>●バナナ                                                                                                                                                                                                                 | ●ご飯<br>●麻婆豆腐<br>●もやしのナムル<br>●りんご                                                                                                                                                                                                          | ●チキンカレー<br>●チーズサラダ<br>●柿                                                                                                                                                                                                            | ●ご飯<br>●豚肉のさっぱり炒め<br>●キャベツの海苔和え<br>●味噌汁<br>●ヨーグルト                                                                                                                                                                                                                 | ●ちゃんぽん<br>●かに玉風<br>●バナナ                                                                                                                                                                                                                                  | ●ご飯<br>●たらの幽庵焼き<br>●ひじきの煮物<br>●味噌汁<br>●みかん                                                                                                                                                                                  |
| 材<br>料                | ●ミートスパゲティ<br>スパゲティ<br>豚ミンチ<br>玉葱<br>人参<br>サラダ油<br>トマトピューレ<br>トマトケチャップ<br>ウスターソース<br>上白糖<br><br>●フレンチサラダ<br>カリフラワー<br>人参<br>スイートコーン<br>穀物酢<br>上白糖<br>塩<br>サラダ油<br><br>●野菜スープ<br>キャベツ<br>エリンギ<br>うすくち醤油<br>塩<br>だし汁(かつお昆布)<br><br>●みかん<br>みかん | ●ご飯<br>米<br><br>●アジの塩焼き<br>あじ<br>塩<br><br>●きんぴられんこん<br>レンコン<br>人参<br>サラダ油<br>だし汁(かつお昆布)<br>濃口醤油<br>上白糖<br>みりん風調味料<br>料理酒<br><br>●味噌汁<br>白菜<br>うす揚げ<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●バナナ<br>バナナ                                                            | ●ご飯<br>米<br><br>●麻婆豆腐<br>豆腐<br>豚ミンチ<br>玉葱<br>椎茸<br>おろし生しょうが<br>おろし生にんにく<br>ごま油<br>赤みそ<br>上白糖<br>濃口醤油<br>料理酒<br>鶏がらスープ<br>片栗粉<br>青葱<br><br>●もやしのナムル<br>太もやし<br>チンゲン菜<br>人参<br>ツナフレーク<br>すりごま(白)<br>うすくち醤油<br>上白糖<br>ごま油<br><br>●りんご<br>りんご | ●チキンカレー<br>米<br>鶏もも肉<br>じゃがいも<br>玉葱<br>人参<br>有塩バター<br>小麦粉<br>カレーパウダー<br>トマトケチャップ<br>ウスターソース<br>チキンコンソメ<br>濃口醤油<br>塩<br><br>●チーズサラダ<br>ブロッコリー<br>スイートコーン<br>ダイスチーズ<br>穀物酢<br>上白糖<br>塩<br>サラダ油<br><br>●柿<br>柿                         | ●ご飯<br>米<br><br>●豚肉のさっぱり炒め<br>豚ももスライス<br>太もやし<br>人参<br>有塩バター<br>おろし生しょうが<br>サラダ油<br>濃口醤油<br>上白糖<br>料理酒<br>穀物酢<br><br>●キャベツの海苔和え<br>キャベツ<br>人参<br>焼きちくわ<br>濃口醤油<br>上白糖<br>ごま油<br>きざみのり<br><br>●味噌汁<br>豆腐<br>カットワカメ<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト(Ca) | ●ちゃんぽん<br>ラーメン<br>サラダ油<br>豚ももスライス<br>キャベツ<br>玉葱<br>人参<br>サラダ油<br>塩<br><br>水<br>牛乳<br>鶏がらスープ<br>うすくち醤油<br>塩<br>ごま油<br><br>●かに玉風<br>鶏卵<br>かにかまスティック<br>玉葱<br>青葱<br>塩<br>サラダ油<br>濃口醤油<br>上白糖<br>片栗粉<br>鶏がらスープ<br>水<br><br>●バナナ<br>バナナ                       | ●ご飯<br>米<br><br>●たらの幽庵焼き<br>たら<br>みりん風調味料<br>うすくち醤油<br>料理酒<br>刻みゆず<br><br>●ひじきの煮物<br>芽ひじき<br>うす揚げ<br>人参<br>小松菜<br>大豆水煮<br>だし汁(かつお昆布)<br>濃口醤油<br>上白糖<br><br>●味噌汁<br>さといも<br>玉葱<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●みかん<br>みかん |
| 3<br>時<br>お<br>や<br>つ | ●麦茶<br>●おかかチーズおにぎり<br>米<br>ダイスチーズ<br>かつお糸削り<br>濃口醤油                                                                                                                                                                                         | ●牛乳<br>●きなこ蒸しばん<br>小麦粉<br>ベーキングパウダー<br>サラダ油<br>豆乳<br>上白糖<br>きな粉                                                                                                                                                                                             | ●麦茶<br>●フルーツヨーグルト<br>ヨーグルト<br>バナナ<br>みかん缶<br>上白糖                                                                                                                                                                                          | ●牛乳<br>●ごぼうのココアクッキー<br>無塩バター<br>上白糖<br>ごぼう<br>小麦粉<br>ココア                                                                                                                                                                            | ●牛乳<br>●どら焼き(カスタード)                                                                                                                                                                                                                                               | ●麦茶<br>●昆布おにぎり<br>米<br>塩昆布<br>いりゴマ(白)                                                                                                                                                                                                                    | ●牛乳<br>●ジャムサンド<br>食パン<br>いちごジャム<br>りんごジャム                                                                                                                                                                                   |

|                       | 1月22日（水）                                                                                                                                                                                                                               | 1月23日（木）                                                                                                                                                                                                                                                                | 1月24日（金）                                                                                                                                                                                                                              | 1月25日（土）                                                                                                                                                                                                  | 1月27日（月）                                                                                                                                                                                                                              | 1月28日（火）                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1月29日（水）                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| や朝<br>つお              | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                 | ●おこさませんべい                                                                                                                                                                                                                                                               | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                                          | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                  | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                | ●おこさませんべい                                                                                                                                                                                                                                                                      | ●かぼちゃにんじんリング                                                                                                                                                                                                    |
| 給<br>食                | ●ご飯<br>●鶏肉のかりん揚げ<br>●ポテトサラダ<br>●すまし汁<br>●柿                                                                                                                                                                                             | ●ご飯<br>●あんかけ豆腐ハンバーグ<br>●白菜のごま和え<br>●味噌汁<br>●りんご                                                                                                                                                                                                                         | ●ご飯<br>●豚肉の生姜焼き<br>●小松菜の海苔和え<br>●すまし汁<br>●季節のフルーツ(いよかん)                                                                                                                                                                               | ●ご飯<br>●さわらの照り焼き<br>●春雨の酢の物<br>●味噌汁<br>●ヨーグルト                                                                                                                                                             | ●ご飯<br>●鶏肉のからあげ<br>●ひじきサラダ<br>●味噌汁<br>●りんご                                                                                                                                                                                            | ●ご飯<br>●鮭のちゃんちゃん焼き<br>●大根のそぼろ煮<br>●すまし汁<br>●バナナ                                                                                                                                                                                                                                | ●ご飯<br>●チキンピカタ<br>●レンコンサラダ<br>●味噌汁<br>●柿                                                                                                                                                                        |
| 材<br>料                | ●ご飯<br>米<br><br>●鶏肉のかりん揚げ<br>鶏もも肉<br>料理酒<br>片栗粉<br>サラダ油<br>濃口醤油<br>みりん風調味料<br>上白糖<br>水<br>いりゴマ(白)<br><br>●ポテトサラダ<br>じゃがいも<br>ブロッコリー<br>人参<br>マヨドレ<br>塩<br><br>●すまし汁<br>おつゆ麩<br>玉葱<br>根みつば<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●柿<br>柿  | ●ご飯<br>米<br><br>●あんかけ豆腐ハンバーグ<br>豆腐<br>鶏ミンチ<br>玉葱<br>レンコン<br>芽ひじき<br>塩<br>片栗粉<br>だし汁(かつお昆布)<br>おろし生しょうが<br>うすくち醤油<br>上白糖<br>みりん風調味料<br>片栗粉<br><br>●白菜のごま和え<br>白菜<br>人参<br>すりごま(白)<br>濃口醤油<br>上白糖<br><br>●味噌汁<br>大根<br>うす揚げ<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●りんご<br>りんご | ●ご飯<br>米<br><br>●豚肉の生姜焼き<br>豚ももスライス<br>玉葱<br>おろし生しょうが<br>サラダ油<br>上白糖<br>濃口醤油<br><br>●小松菜の海苔和え<br>小松菜<br>人参<br>ごま油<br>うすくち醤油<br>上白糖<br>きざみのり<br><br>●すまし汁<br>豆腐<br>玉葱<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●季節のフルーツ(いよかん)<br>いよかん | ●ご飯<br>米<br><br>●さわらの照り焼き<br>さわら<br>濃口醤油<br>上白糖<br>料理酒<br>片栗粉<br><br>●春雨の酢の物<br>春雨<br>人参<br>スイートコーン<br>穀物酢<br>上白糖<br>うすくち醤油<br><br>●味噌汁<br>ほうれん草<br>えのきだけ<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト(Ca) | ●ご飯<br>米<br><br>●鶏肉のからあげ<br>鶏もも肉<br>おろし生しょうが<br>濃口醤油<br>みりん風調味料<br>料理酒<br>小麦粉<br>片栗粉<br>サラダ油<br><br>●ひじきサラダ<br>芽ひじき<br>上白糖<br>濃口醤油<br>人参<br>チンゲン菜<br>マヨドレ<br><br>●味噌汁<br>玉葱<br>うす揚げ<br>カットワカメ<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●りんご<br>りんご | ●ご飯<br>米<br><br>●鮭のちゃんちゃん焼き<br>さけ<br>キャベツ<br>人参<br>スイートコーン<br>青葱<br>サラダ油<br>白みそ<br>みりん風調味料<br>濃口醤油<br><br>●大根のそぼろ煮<br>大根<br>鶏ミンチ<br>おろし生しょうが<br>上白糖<br>濃口醤油<br>うすくち醤油<br>だし汁(かつお昆布)<br>片栗粉<br><br>●すまし汁<br>豆腐<br>えのきだけ<br>根みつば<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●バナナ<br>バナナ | ●ご飯<br>米<br><br>●チキンピカタ<br>鶏もも肉<br>小麦粉<br>鶏卵<br>サラダ油<br>トマトケチャップ<br><br>●レンコンサラダ<br>レンコン<br>人参<br>チンゲン菜<br>スイートコーン<br>うすくち醤油<br>上白糖<br>ごま油<br><br>●味噌汁<br>キャベツ<br>しめじ<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>白みそ<br><br>●柿<br>柿 |
| 3<br>時<br>お<br>や<br>つ | ●牛乳<br>●プレーンクッキー<br>無塩バター<br>上白糖<br>小麦粉                                                                                                                                                                                                | ●牛乳<br>●じゃがいも団子<br>じゃがいも<br>片栗粉<br>シュレッドチーズ<br>濃口醤油<br>上白糖                                                                                                                                                                                                              | ●牛乳<br>●もっちりチーズ<br>白玉粉<br>小麦粉<br>ベーキングパウダー<br>粉チーズ<br>豆乳<br>サラダ油                                                                                                                                                                      | ●牛乳<br>●今川焼き(カスタード)                                                                                                                                                                                       | ●牛乳<br>●きなこサブレ<br>小麦粉<br>上白糖<br>無塩バター<br>きな粉                                                                                                                                                                                          | ●牛乳<br>●お麩のラスク<br>おつゆ麩<br>無塩バター<br>上白糖                                                                                                                                                                                                                                         | ●牛乳<br>●ふかし芋<br>さつまいも                                                                                                                                                                                           |
|                       | 1月30日（木）                                                                                                                                                                                                                               | 1月31日（金）                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                 |
| や朝<br>つお              | ●野菜ハイハイン                                                                                                                                                                                                                               | ●ハイハイン                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                 |
| 給<br>食                | ●ご飯<br>●さわらのごまみそ焼き<br>●ほうれん草のおかか和え<br>●すまし汁<br>●ヨーグルト                                                                                                                                                                                  | ●丸ロール<br>●エビフライ<br>●オーロラサラダ<br>●豆乳スープ<br>●みかん<br>●牛乳                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                 |
| 材<br>料                | ●ご飯<br>米<br><br>●さわらのごまみそ焼き<br>さわら<br>すりごま(白)<br>料理酒<br>上白糖<br>みりん風調味料<br>白みそ<br><br>●ほうれん草のおかか和え<br>ほうれん草<br>えのきだけ<br>濃口醤油<br>上白糖<br>かつお糸削り<br><br>●すまし汁<br>じゃがいも<br>玉葱<br>青葱<br>だし汁(かつお昆布)<br>うすくち醤油<br>塩<br><br>●ヨーグルト<br>ヨーグルト(Ca) | ●丸ロール<br>丸ロール(卵なし)<br><br>●エビフライ<br>尾付きむきえび<br>塩<br>小麦粉<br>水<br>パン粉<br>サラダ油<br><br>●オーロラサラダ<br>キャベツ<br>きゅうり<br>焼きちくわ<br>マヨドレ<br>トマトケチャップ<br>上白糖<br><br>●豆乳スープ<br>小かぶ<br>しめじ<br>チキンコンソメ<br>豆乳<br>塩<br>うすくち醤油<br>片栗粉<br>水<br><br>●みかん<br>みかん<br><br>●牛乳<br>牛乳             |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                 |
| 3<br>時<br>お<br>や<br>つ | ●牛乳<br>●シュガートースト<br>食パン<br>無塩バター<br>グラニュー糖                                                                                                                                                                                             | ●りんごジュース<br>●セサミケーキ<br>小麦粉<br>ベーキングパウダー<br>上白糖<br>無塩バター<br>鶏卵<br>豆乳<br>すりごま(白)                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                 |

☆ 仕入れの都合により、献立が変更になる場合がございます。