



	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)
や朝 つお	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい
給 食		●鶏南蛮うどん ●磯辺揚げ ●りんご	●ご飯 ●豚肉の野菜炒め ●ほうれん草のおかか和え ●味噌汁 ●バナナ	●ご飯 ●あじのみりん焼き ●春雨サラダ ●すまし汁 ●みかん	●ご飯 ●松風焼き ●小松菜のしらす和え ●かきたま汁 ●ヨーグルト	●ご飯 ●プルコギ炒め ●さっぱり塩昆布和え ●味噌汁 ●バナナ	●黒糖ロール ●ガリバタ醤油チキン ●マカロニサラダ ●コンソメスープ ●王林 ●牛乳
材 料	協力保育(弁当)						
3 時 お や つ	●ベアクリームワッフル	●麦茶 ●七草粥 米 七草セット 大根 塩	●牛乳 ●ミニたいやき(つぶあん)	●牛乳 ●豆腐きなこドーナツ 豆腐 小麦粉 上白糖 ベーキングパウダー サラダ油 きな粉 上白糖	●牛乳 ●バナナケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 豆乳 サラダ油 バナナ	●牛乳 ●フレンチトースト 食パン 鶏卵 牛乳 上白糖 無塩バター	●麦茶 ●わかめチーズおにぎり 米 ダイスチーズ わかめごはんの素
	1月13日(土)	1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)
や朝 つお	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい
給 食	●ご飯 ●たら味噌マヨ焼き ●ビーフソテー ●野菜スープ ●りんご	●ご飯 ●鮭のバター醤油焼き ●ほうれん草の納豆和え ●味噌汁 ●ヨーグルト	●ミートスパゲティ ●フレンチサラダ ●野菜スープ ●みかん	●カレーライス ●チーズサラダ ●りんご	●ご飯 ●麻婆豆腐 ●もやしのナムル ●バナナ	●ご飯 ●アジの塩焼き ●きんぴられんこん ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●豚肉のさっぱり炒め ●キャベツの海苔和え ●味噌汁 ●ヨーグルト
材 料	●ご飯 米 ●たら味噌マヨ焼き たら 料理酒 白みそ マヨドレ みりん風調味料 ●ビーフソテー 白ビーフ 玉葱 ピーマン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 ●野菜スープ キャベツ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●鮭のバター醤油焼き さけ 濃口醤油 上白糖 有塩バター ●ほうれん草の納豆和え ほうれん草 人参 ひきわり納豆 うすくち醤油 ●味噌汁 大根 玉葱 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ミートスパゲティ スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 サラダ油 ダイストマト缶 トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ おろし生にんにく 塩 上白糖 ●フレンチサラダ カリフラワー 人参 スイートコーン サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●野菜スープ キャベツ エリンギ うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) ●みかん みかん	●カレーライス 米 豚ももスライス じゃがいも 玉葱 人参 有塩バター 小麦粉 カレーパウダー トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 濃口醤油 塩 ●チーズサラダ ブロッコリー スイートコーン ダイスチーズ サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●麻婆豆腐 豆腐 豚ミンチ 玉葱 椎茸 おろし生しょうが おろし生にんにく ごま油 赤みそ 上白糖 濃口醤油 料理酒 鶏がらスープ 片栗粉 青葱 ●もやしのナムル 太もやし チンゲン菜 人参 ツナフレーク すりごま(白) うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●アジの塩焼き あじ 塩 ●きんぴられんこん れんこん 人参 サラダ油 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 料理酒 ●味噌汁 白菜 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●ご飯 米 ●豚肉のさっぱり炒め 豚ももスライス 小麦粉 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 料理酒 穀物酢 ●キャベツの海苔和え キャベツ 人参 焼きちくわ 濃口醤油 上白糖 ごま油 きざみのり ●味噌汁 豆腐 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)
3 時 お や つ	●牛乳 ●ドームケーキ(カスタード)	●牛乳 ●れんこんチップス レンコン サラダ油 塩	●麦茶 ●おかかチーズおにぎり 米 ダイスチーズ かつお糸削り 濃口醤油	●牛乳 ●きなこ蒸しぼん 小麦粉 ベーキングパウダー サラダ油 豆乳 ヨーグルト きな粉	●牛乳 ●ごぼうのココアクッキー 無塩バター 上白糖 みかん缶 小麦粉 ココア	●麦茶 ●フルーツヨーグルト ヨーグルト バナナ みかん缶 上白糖	●牛乳 ●どら焼き(カスタード)

	1月22日 (月)	1月23日 (火)	1月24日 (水)	1月25日 (木)	1月26日 (金)	1月27日 (土)	1月29日 (月)
や朝 つお	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ
給 食	●ちゃんぽん ●かに玉風 ●バナナ	●ご飯 ●たらの幽庵焼き ●ひじきの煮物 ●すまし汁 ●みかん	●ご飯 ●鶏肉のかりん揚げ ●ポテトサラダ ●すまし汁 ●ヨーグルト	●ご飯 ●あんかけ豆腐ハンバーグ ●白菜のごま和え ●味噌汁 ●りんご	●丸ロール ●エビフライ ●オーロラサラダ ●豆乳スープ ●みかん ●牛乳	●ご飯 ●さわらの照り焼き ●ジャーマンポテト ●野菜スープ ●ヨーグルト	●ご飯 ●鶏肉のからあげ ●小松菜のおかか和え ●わかめスープ ●りんご
材 料	●ちゃんぽん ラーメン サラダ油 豚ももスライス キャベツ 玉葱 人参 サラダ油 塩 水 牛乳 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 ごま油 ●かに玉風 鶏卵 かにかまスティック 玉葱 青葱 塩 サラダ油 濃口醤油 上白糖 片栗粉 鶏がらスープ 水 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●たらの幽庵焼き たら みりん風調味料 うすくち醤油 料理酒 刻みゆず ●ひじきの煮物 芽ひじき うす揚げ 人参 小松菜 大豆水煮 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 ●すまし汁 さといも 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん	●ご飯 米 ●鶏肉のかりん揚げ 鶏もも肉 料理酒 片栗粉 サラダ油 濃口醤油 みりん風調味料 上白糖 水 いりゴマ(白) ●ポテトサラダ じゃがいも ブロッコリー 人参 マヨレ 塩 ●すまし汁 おつゆ麩 玉葱 根みつば だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●あんかけ豆腐ハンバーグ 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 レンコン 芽ひじき 塩 片栗粉 だし汁(かつお昆布) おろししょうが うすくち醤油 上白糖 みりん風調味料 片栗粉 ●白菜のごま和え 白菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 大根 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●丸ロール 丸ロール(卵なし) ●エビフライ 尾付きむきえび 塩 小麦粉 水 パン粉 サラダ油 ●オーロラサラダ キャベツ 人参 焼きちくわ マヨレ トマトケチャップ 上白糖 ●豆乳スープ 小かぶ しめじ チキンコンソメ 豆乳 塩 うすくち醤油 片栗粉 水 ●みかん みかん ●牛乳 牛乳	●ご飯 米 ●さわらの照り焼き さわら 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●ジャーマンポテト じゃがいも 玉葱 有塩バター 塩 うすくち醤油 ●野菜スープ ほうれん草 えのきだけ うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●鶏肉のからあげ 鶏もも肉 おろししょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 小麦粉 片栗粉 サラダ油 ●小松菜のおかか和え 小松菜 人参 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●わかめスープ カットワカメ 玉葱 青葱 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 水 ●りんご りんご
3 時 お や つ	●麦茶 ●昆布おにぎり 米 塩昆布 いりゴマ(白)	●牛乳 ●ジャムサンド 食パン いちごジャム	●牛乳 ●プレーンクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉	●牛乳 ●じゃがいも団子 じゃがいも 片栗粉 シュレッドチーズ 濃口醤油 上白糖	●りんごジュース ●セサミケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 上白糖 無塩バター 鶏卵 豆乳 すりごま(白)	●牛乳 ●今川焼き(カスタード)	●牛乳 ●きなこサブレ 小麦粉 上白糖 無塩バター きな粉
	1月30日 (火)	1月31日 (水)					
や朝 つお	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい					
給 食	●ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き ●大根のそぼろ煮 ●すまし汁 ●バナナ	●ご飯 ●チキンピカタ ●レンコンサラダ ●味噌汁 ●りんご					
材 料	●ご飯 米 ●鮭のちゃんちゃん焼き さけ キャベツ 人参 スイートコーン 青葱 サラダ油 白みそ みりん風調味料 濃口醤油 ●大根のそぼろ煮 大根 鶏ミンチ おろししょうが 上白糖 濃口醤油 うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) 片栗粉 ●すまし汁 豆腐 えのきだけ 根みつば だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●チキンピカタ 鶏もも肉 小麦粉 鶏卵 サラダ油 トマトケチャップ ●レンコンサラダ レンコン 人参 チンゲン菜 スイートコーン うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●味噌汁 キャベツ しめじ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご					
3 時 お や つ	●牛乳 ●お麩のラスク おつゆ麩 無塩バター 上白糖	●牛乳 ●ふかし芋 さつま芋					





	1月4日 (木)	1月5日 (金)	1月6日 (土)	1月9日 (火)	1月10日 (水)	1月11日 (木)	1月12日 (金)
や朝 つお	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい
給 食	●ご飯 ●鶏肉の漬け焼き ●小松菜のごま和え ●味噌汁 ●みかん	●鶏南蛮うどん ●煮魚 ●りんご	●ご飯 ●豚肉の野菜炒め ●ほうれん草のおかか和え ●味噌汁 ●バナナ	●ご飯 ●あじのみりん焼き ●春雨サラダ ●すまし汁 ●みかん	●ご飯 ●松風焼き ●小松菜のしらす和え ●すまし汁 ●ヨーグルト	●ご飯 ●ブルコギ炒め ●さっぱり和え ●味噌汁 ●バナナ	●食パン ●ガリバタ醤油チキン ●マカロニサラダ ●コンソメスープ ●王林 ●牛乳
材 料	●ご飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろし生しょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油 ●小松菜のごま和え 小松菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 みりん風調味料 ●味噌汁 大根 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●みかん みかん	●鶏南蛮うどん うどん 鶏もも肉 うす揚げ 白ねぎ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 塩 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●豚肉の野菜炒め 豚ももスライス 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 料理酒 ●ほうれん草のおかか和え ほうれん草 えのきだけ 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●味噌汁 豆腐 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●あじのみりん焼き あじ 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●春雨サラダ 春雨 カットワカメ スイートコーン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 穀物酢 いりごま(白) ●すまし汁 ほうれん草 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん	●ご飯 米 ●松風焼き 鶏ミンチ 豆腐 玉葱 おろし生しょうが 片栗粉 白みそ 料理酒 みりん風調味料 いりごま(黒) いりごま(白) ●小松菜のしらす和え 小松菜 人参 しらす干し 濃口醤油 上白糖 ●すまし汁 おつゆ麩 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●ブルコギ炒め 豚ももスライス 春雨 玉葱 人参 サラダ油 おろし生しょうが 濃口醤油 上白糖 ごま油 ●さっぱり和え 白菜 大根 うすくち醤油 上白糖 穀物酢 だし汁(かつお昆布) ●味噌汁 豆腐 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●食パン 食パン ●ガリバタ醤油チキン 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 おろし生しょうが 有塩バター ●マカロニサラダ マカロニ ブロッコリー 人参 マヨドレ 塩 ●コンソメスープ じゃがいも しめじ 水 チキンコンソメ 塩 ●王林 王林 ●牛乳 牛乳
3 時 お や つ	●牛乳 ●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●麦茶 ●七草粥 米 大根 塩	●牛乳 ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●牛乳 ●豆腐きなこ 豆腐 きな粉 上白糖	●牛乳 ●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●牛乳 ●シュガートースト 食パン 上白糖 無塩バター	●麦茶 ●わかめチーズおにぎり 米 ダイスチーズ わかめごはんの素
	1月13日 (土)	1月15日 (月)	1月16日 (火)	1月17日 (水)	1月18日 (木)	1月19日 (金)	1月20日 (土)
や朝 つお	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい
給 食	●ご飯 ●たらの味噌マヨ焼き ●ビーフソテー ●野菜スープ ●りんご	●ご飯 ●鮭のバター醤油焼き ●ほうれん草の納豆和え ●味噌汁 ●ヨーグルト	●ミートスパゲティ ●フレンチサラダ ●野菜スープ ●みかん	●カレーライス ●チーズサラダ ●りんご	●ご飯 ●麻婆豆腐 ●もやしのナムル ●バナナ	●ご飯 ●アジの塩焼き ●きんぴられんこん ●味噌汁 ●りんご	●ご飯 ●豚肉のさっぱり炒め ●キャベツの海苔和え ●味噌汁 ●ヨーグルト
材 料	●ご飯 米 ●たらの味噌マヨ焼き たら 料理酒 白みそ マヨドレ みりん風調味料 ●ビーフソテー 白ビーフ 玉葱 ピーマン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 ●野菜スープ キャベツ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●鮭のバター醤油焼き さけ 濃口醤油 上白糖 有塩バター ●ほうれん草の納豆和え ほうれん草 人参 ひきわり納豆 うすくち醤油 ●味噌汁 大根 玉葱 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ミートスパゲティ スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 サラダ油 ダイストマト缶 トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ おろし生しょうが 塩 上白糖 ●フレンチサラダ カリフラワー 人参 スイートコーン サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●野菜スープ キャベツ エリンギ うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●みかん みかん	●カレーライス 米 豚ももスライス じゃがいも 玉葱 人参 有塩バター 小麦粉 カレーパウダー トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 濃口醤油 塩 ●チーズサラダ ブロッコリー スイートコーン ダイスチーズ サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●りんご りんご	●ご飯 米 ●麻婆豆腐 豆腐 豚ミンチ 玉葱 椎茸 おろし生しょうが おろし生しょうが ごま油 赤みそ 上白糖 濃口醤油 料理酒 鶏がらスープ 片栗粉 青葱 ●もやしのナムル 太もやし チンゲン菜 人参 ツナフレーク すりごま(白) うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●アジの塩焼き あじ 塩 ●きんぴられんこん レンコン 人参 サラダ油 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 料理酒 ●味噌汁 白菜 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●ご飯 米 ●豚肉のさっぱり炒め 豚ももスライス 小麦粉 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 料理酒 穀物酢 ●キャベツの海苔和え キャベツ 人参 濃口醤油 上白糖 ごま油 きざみのり ●味噌汁 豆腐 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)
3 時 お や つ	●牛乳 ●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●牛乳 ●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●麦茶 ●おなかチーズおにぎり 米 ダイスチーズ かつお糸削り 濃口醤油	●牛乳 ●豆腐きなこ 豆腐 きな粉 上白糖	●牛乳 ●ごぼうのココアクッキー 無塩バター 上白糖 ごぼう 小麦粉 ココア	●麦茶 ●バナナヨーグルト ヨーグルト バナナ 上白糖	●牛乳 ●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水

	1月22日 (月)	1月23日 (火)	1月24日 (水)	1月25日 (木)	1月26日 (金)	1月27日 (土)	1月29日 (月)
や朝 つお	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい	●牛乳 ●野菜ハイハイ	●牛乳 ●ハイハイ
給 食	●肉うどん ●煮魚 ●バナナ	●ご飯 ●たらの幽庵焼き ●ひじきの煮物 ●すまし汁 ●みかん	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●ポテトサラダ ●すまし汁 ●ヨーグルト	●ご飯 ●あんかけ豆腐ハンバーグ ●白菜のごま和え ●味噌汁 ●りんご	●丸ロール ●エビのパン粉焼き ●オーロラサラダ ●豆乳スープ ●みかん ●牛乳	●ご飯 ●さわらの照り焼き ●ジャーマンポテト ●野菜スープ ●ヨーグルト	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●小松菜のおかか和え ●わかめスープ ●りんご
材 料	●肉うどん うどん 豚ももスライス キャベツ 玉葱 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 塩 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●たらの幽庵焼き たら みりん風調味料 うすくち醤油 料理酒 刻みゆず ●ひじきの煮物 芽ひじき うす揚げ 人参 小松菜 大豆水煮 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 ●すまし汁 さといも 玉葱 青葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん	●ご飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●ポテトサラダ じゃがいも ブロッコリー 人参 マヨドレ 塩 ●すまし汁 おつゆ 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●あんかけ豆腐ハンバーグ 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 レンコン 芽ひじき 塩 片栗粉 だし汁(かつお昆布) おろししょうが うすくち醤油 みりん風調味料 片栗粉 ●白菜のごま和え 白菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 大根 うす揚げ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●丸ロール 丸ロール(卵なし) ●エビのパン粉焼き 尾付きむきえび 塩 小麦粉 水 パン粉 サラダ油 ●オーロラサラダ キャベツ 人参 マヨドレ トマトケチャップ 上白糖 ●豆乳スープ 小かぶ しめじ チキンコンソメ 豆乳 塩 うすくち醤油 片栗粉 水 ●みかん みかん ●牛乳 牛乳	●ご飯 米 ●さわらの照り焼き さわら 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●ジャーマンポテト じゃがいも 玉葱 有塩バター 塩 うすくち醤油 ●野菜スープ ほうれん草 えのきだけ うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ご飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●小松菜のおかか和え 小松菜 人参 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●わかめスープ カットワカメ 玉葱 青葱 鶏がらスープ うすくち醤油 塩 水 ●りんご りんご
3 時 お や つ	●麦茶 ●ゆかりおにぎり 米 ゆかり いりゴマ(白)	●牛乳 ●ジャムサンド 食パン いちごジャム	●牛乳 ●プレーンクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉	●牛乳 ●じゃがいも団子 じゃがいも 片栗粉 シュレッドチーズ 濃口醤油 上白糖	●りんごジュース ●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●牛乳 ●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●牛乳 ●きなこサブレ 小麦粉 上白糖 無塩バター きな粉
	1月30日 (火)	1月31日 (水)					
や朝 つお	●牛乳 ●小魚せんべい	●牛乳 ●しらす&わかめせんべい					
給 食	●ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き ●大根のそぼろ煮 ●すまし汁 ●バナナ	●ご飯 ●鶏肉の照り焼き ●レンコンサラダ ●味噌汁 ●りんご					
材 料	●ご飯 米 ●鮭のちゃんちゃん焼き さけ キャベツ 人参 スイートコーン 青葱 サラダ油 白みそ みりん風調味料 濃口醤油 ●大根のそぼろ煮 大根 鶏ミンチ おろししょうが 上白糖 濃口醤油 うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) 片栗粉 ●すまし汁 豆腐 えのきだけ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●バナナ バナナ	●ご飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●レンコンサラダ レンコン 人参 チンゲン菜 スイートコーン うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●味噌汁 キャベツ しめじ 青葱 だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご					
3 時 お や つ	●牛乳 ●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●牛乳 ●ふかし芋 さつまいも					





	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)
朝 つ お や	●ハイハイ	●小魚せんべい	●しらす&わかめせんべい	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●小魚せんべい	●しらす&わかめせんべい
給 食	●軟飯 ●鶏肉の漬け焼き ●小松菜のごま和え ●味噌汁 ●みかん	●鶏南蛮うどん ●煮魚 ●りんご	●軟飯 ●豚肉の野菜炒め ●ほうれん草のおかか和え ●味噌汁 ●バナナ	●軟飯 ●あじのみりん焼き ●春雨サラダ ●すまし汁 ●みかん	●軟飯 ●松風焼き ●小松菜のしらす和え ●すまし汁 ●ヨーグルト	●軟飯 ●ブルコギ炒め ●さっぱり和え ●味噌汁 ●バナナ	●食パン ●バター醤油チキン ●マカロニサラダ ●和風スープ ●王林
材 料	●軟飯 米 ●鶏肉の漬け焼き 鶏もも肉 おろし生しょうが 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油 ●小松菜のごま和え 小松菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 みりん風調味料 ●味噌汁 大根 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●みかん みかん	●鶏南蛮うどん うどん 鶏もも肉 うす揚げ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 塩 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●りんご りんご	●軟飯 米 ●豚肉の野菜炒め 豚ももスライス 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 料理酒 ●ほうれん草のおかか和え ほうれん草 えのきだけ 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●味噌汁 豆腐 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●軟飯 米 ●あじのみりん焼き あじ 濃口醤油 みりん風調味料 料理酒 ●春雨サラダ 春雨 カットワカメ スイートコーン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 穀物酢 いりごま(白) ●すまし汁 ほうれん草 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん	●軟飯 米 ●松風焼き 鶏ミンチ 豆腐 玉葱 おろし生しょうが 片栗粉 白みそ 料理酒 みりん風調味料 いりごま(黒) いりごま(白) ●小松菜のしらす和え 小松菜 人参 しらす干し 濃口醤油 上白糖 ●すまし汁 おつゆ麩 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●軟飯 米 ●ブルコギ炒め 豚ももスライス 春雨 玉葱 人参 サラダ油 料理酒 濃口醤油 上白糖 ごま油 ●さっぱり和え 白菜 大根 うすくち醤油 上白糖 穀物酢 だし汁(かつお昆布) ●味噌汁 豆腐 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●バナナ バナナ	●食パン 食パン ●バター醤油チキン 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 有塩バター ●マカロニサラダ マカロニ ブロッコリー 人参 塩 ●和風スープ じゃがいも しめじ だし汁(かつお昆布) 塩 うすくち醤油 ●王林 王林
3 時 お や つ	●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●麦茶 ●七草粥 米 大根 塩	●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●豆腐きなこ 豆腐 きな粉 上白糖	●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●シュガートースト 食パン 上白糖 無塩バター	●麦茶 ●わかめおにぎり(軟飯) 米 わかめごはんの素
	1月13日(土)	1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)
朝 つ お や	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●小魚せんべい	●しらす&わかめせんべい	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●小魚せんべい
給 食	●軟飯 ●たらの味噌焼き ●ビーフソテー ●野菜スープ ●りんご	●軟飯 ●さわらのバター醤油焼き ●ほうれん草の納豆和え ●味噌汁 ●ヨーグルト	●ミートスパゲティ ●フレンチサラダ ●野菜スープ ●みかん	●軟飯 ●ポトフ ●ブロッコリーサラダ ●りんご	●軟飯 ●麻婆豆腐 ●もやしのナムル ●バナナ	●軟飯 ●アジの塩焼き ●きんぴら大根 ●味噌汁 ●りんご	●軟飯 ●豚肉のさっぱり炒め ●キャベツの海苔和え ●味噌汁 ●ヨーグルト
材 料	●軟飯 米 ●たらの味噌焼き たら 料理酒 白みそ みりん風調味料 ●ビーフソテー 白ビーフ 玉葱 ピーマン 人参 ごま油 濃口醤油 上白糖 ●野菜スープ キャベツ 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●りんご りんご	●軟飯 米 ●さわらのバター醤油焼き さわら 濃口醤油 上白糖 有塩バター ●ほうれん草の納豆和え ほうれん草 人参 ひきわり納豆 うすくち醤油 ●味噌汁 大根 玉葱 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●ミートスパゲティ スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 サラダ油 ダイストマト缶 トマトケチャップ ウスターソース 塩 上白糖 ●フレンチサラダ カリフラワー 人参 スイートコーン サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●野菜スープ キャベツ エリンギ うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●みかん みかん	●軟飯 米 ●ポトフ 豚ももスライス じゃがいも 玉葱 人参 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 ●ブロッコリーサラダ ブロッコリー スイートコーン サラダ油 穀物酢 上白糖 塩 ●りんご りんご	●軟飯 米 ●麻婆豆腐 豆腐 豚ミンチ 玉葱 椎茸 おろし生しょうが ごま油 赤みそ 上白糖 濃口醤油 料理酒 片栗粉 ●もやしのナムル 太もやし チンゲン菜 人参 すりごま(白) うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●バナナ バナナ	●軟飯 米 ●アジの塩焼き あじ 塩 ●きんぴら大根 大根 人参 サラダ油 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 料理酒 ●味噌汁 白菜 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●軟飯 米 ●豚肉のさっぱり炒め 豚ももスライス 小麦粉 太もやし 玉葱 人参 おろし生しょうが サラダ油 濃口醤油 上白糖 料理酒 穀物酢 ●キャベツの海苔和え キャベツ 人参 濃口醤油 上白糖 ごま油 きざみのり ●味噌汁 豆腐 カットワカメ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)
3 時 お や つ	●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●麦茶 ●おかかおにぎり(軟飯) 米 かつお糸削り 濃口醤油	●豆腐きなこ 豆腐 きな粉 上白糖	●クッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉	●麦茶 ●バナナヨーグルト ヨーグルト バナナ 上白糖	●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水



	1月22日 (月)	1月23日 (火)	1月24日 (水)	1月25日 (木)	1月26日 (金)	1月27日 (土)	1月29日 (月)
朝 つ お や	●しらす&わかめせんべい	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●小魚せんべい	●しらす&わかめせんべい	●野菜ハイハイ	●ハイハイ
給 食	●肉うどん ●煮魚 ●バナナ	●軟飯 ●たらの幽庵焼き ●ひじきの煮物 ●すまし汁 ●みかん	●軟飯 ●鶏肉の照り焼き ●ポテトサラダ ●すまし汁 ●ヨーグルト	●軟飯 ●あんかけ豆腐ハンバーグ ●白菜のごま和え ●味噌汁 ●りんご	●食パン ●たらのパン粉焼き ●キャベツサラダ ●和風スープ ●みかん	●軟飯 ●さわらの照り焼き ●ジャーマンポテト ●野菜スープ ●ヨーグルト	●軟飯 ●鶏肉の照り焼き ●小松菜のおかか和え ●わかめスープ ●りんご
材 料	●肉うどん うどん 豚ももスライス キャベツ 玉葱 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 みりん風調味料 塩 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●バナナ バナナ	●軟飯 米 ●たらの幽庵焼き たら みりん風調味料 うすくち醤油 料理酒 刻みゆず ●ひじきの煮物 芽ひじき うす揚げ 人参 小松菜 大豆水煮 だし汁(かつお昆布) 濃口醤油 上白糖 ●すまし汁 さといも 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●みかん みかん	●軟飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●ポテトサラダ じゃがいも ブロッコリー 人参 塩 ●すまし汁 おつゆ麩 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●軟飯 米 ●あんかけ豆腐ハンバーグ 豆腐 鶏ミンチ 玉葱 芽ひじき 塩 片栗粉 だし汁(かつお昆布) おろし生しょうが うすくち醤油 上白糖 みりん風調味料 片栗粉 ●白菜のごま和え 白菜 人参 すりごま(白) 濃口醤油 上白糖 ●味噌汁 大根 うす揚げ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご	●食パン 食パン ●たらのパン粉焼き たら 塩 小麦粉 水 パン粉 サラダ油 ●キャベツサラダ キャベツ 人参 濃口醤油 上白糖 ●和風スープ 小かぶ しめじ 塩 うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) ●みかん みかん	●軟飯 米 ●さわらの照り焼き さわら 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●ジャーマンポテト じゃがいも 玉葱 有塩バター 塩 うすくち醤油 ●野菜スープ ほうれん草 えのきだけ うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●ヨーグルト ヨーグルト(Ca)	●軟飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●小松菜のおかか和え 小松菜 人参 濃口醤油 上白糖 かつお糸削り ●わかめスープ カットワカメ 玉葱 うすくち醤油 塩 だし汁(かつお昆布) ●りんご りんご
3 時 お や つ	●麦茶 ●ゆかりおにぎり(軟飯) 米 ゆかり いりゴマ(白)	●ジャムサンド 食パン いちごジャム	●プレーンクッキー 無塩バター 上白糖 小麦粉	●じゃがいも団子 じゃがいも 片栗粉 濃口醤油 上白糖	●マカロニきな粉 マカロニ きな粉 上白糖	●さつま芋スティック さつまいも 上白糖	●きなこサブレ 小麦粉 上白糖 無塩バター きな粉
	1月30日 (火)	1月31日 (水)					
朝 つ お や	●小魚せんべい	●しらす&わかめせんべい					
給 食	●軟飯 ●たらのちゃんちゃん焼き ●大根のそぼろ煮 ●すまし汁 ●バナナ	●軟飯 ●鶏肉の照り焼き ●チンゲン菜のサラダ ●味噌汁 ●りんご					
材 料	●軟飯 米 ●たらのちゃんちゃん焼き たら キャベツ 人参 スイートコーン サラダ油 白みそ みりん風調味料 濃口醤油 ●大根のそぼろ煮 大根 鶏ミンチ おろし生しょうが 上白糖 濃口醤油 うすくち醤油 だし汁(かつお昆布) 片栗粉 ●すまし汁 豆腐 えのきだけ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 塩 ●バナナ バナナ	●軟飯 米 ●鶏肉の照り焼き 鶏もも肉 濃口醤油 上白糖 料理酒 片栗粉 ●チンゲン菜のサラダ チンゲン菜 人参 スイートコーン うすくち醤油 上白糖 ごま油 ●味噌汁 キャベツ しめじ だし汁(かつお昆布) 白みそ ●りんご りんご					
3 時 お や つ	●マカロニみたらし マカロニ 濃口醤油 上白糖 片栗粉 水	●ふかし芋 さつまいも					





	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)
朝おやつ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ
給食	●7倍粥 ●豆腐煮 ●人参の煮物 ●すまし汁	●やわらかうどん ●煮魚 ●さつまいもの煮物	●7倍粥 ●さわらの煮付け ●ほうれん草の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●煮魚 ●人参の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●大根の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●煮魚 ●白菜の煮物 ●すまし汁	●パン粥 ●さわらの煮付け ●人参の煮物 ●すまし汁
材料	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●やわらかうどん うどん だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●さつまいもの煮物 さつまいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●ほうれん草の煮物 ほうれん草 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 豆腐 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●大根の煮物 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●白菜の煮物 白菜 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 豆腐 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●パン粥 食パン 粉ミルク ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 じゃがいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油
3時おやつ	●みかん	●りんご	●バナナ	●みかん	●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)	●バナナ	●玉林
	1月13日(土)	1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)
朝おやつ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ
給食	●7倍粥 ●煮魚 ●じゃがいもの煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●大根の煮物 ●すまし汁	●やわらかうどん ●人参の煮物 ●さつまいもの煮物	●7倍粥 ●さわらの煮付け ●じゃがいもの煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●人参の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●煮魚 ●大根の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●さわらの煮付け ●玉ねぎの煮物 ●すまし汁
材料	●7倍粥 米 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●じゃがいもの煮物 じゃがいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●大根の煮物 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●やわらかうどん うどん だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●さつまいもの煮物 さつまいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●じゃがいもの煮物 じゃがいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●大根の煮物 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 白菜 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●玉ねぎの煮物 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 豆腐 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油
3時おやつ	●りんご	●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)	●みかん	●りんご	●バナナ	●りんご	●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)



	1月22日 (月)	1月23日 (火)	1月24日 (水)	1月25日 (木)	1月26日 (金)	1月27日 (土)	1月29日 (月)
朝 つ お や	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ	●野菜ハイハイ	●ハイハイ
給 食	●やわらかうどん ●煮魚 ●人参の煮物	●7倍粥 ●豆腐煮 ●ほうれん草の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●さわらの煮付け ●じゃがいもの煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●白菜の煮物 ●すまし汁	●パン粥 ●煮魚 ●人参の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●さわらの煮付け ●じゃがいもの煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●人参の煮物 ●すまし汁
材 料	●やわらかうどん うどん だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●ほうれん草の煮物 ほうれん草 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●じゃがいもの煮物 じゃがいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●白菜の煮物 白菜 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●パン粥 食パン 粉ミルク ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 小かぶ だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●さわらの煮付け さわら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●じゃがいもの煮物 じゃがいも だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 ほうれん草 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●人参の煮物 人参 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 玉葱 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油
3 時 お や つ	●バナナ	●みかん	●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)	●りんご	●みかん	●さつまいもマッシュ さつまいも だし汁(かつお昆布)	●りんご
	1月30日 (火)	1月31日 (水)					
朝 つ お や	●野菜ハイハイ	●ハイハイ					
給 食	●7倍粥 ●煮魚 ●大根の煮物 ●すまし汁	●7倍粥 ●豆腐煮 ●ほうれん草の煮物 ●すまし汁					
材 料	●7倍粥 米 ●煮魚 たら だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 ●大根の煮物 大根 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 豆腐 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油	●7倍粥 米 ●豆腐煮 豆腐 だし汁(かつお昆布) 上白糖 うすくち醤油 片栗粉 ●ほうれん草の煮物 ほうれん草 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油 ●すまし汁 おつゆ麩 だし汁(かつお昆布) うすくち醤油					
3 時 お や つ	●バナナ	●りんご					

