

< 保育献立 >

1月 対象		午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	1月 対象	デザート 全 員	主 食 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児
1	土					1	土			(牛乳 おかし)	
2	日					2	日			(牛乳 おかし)	
3	月					3	月			(牛乳 おかし)	
4	火	牛乳 マリービスケット	加いのｸﾞﾘｰｽﾞ	昆布とちくわの炒り煮	厚揚げの味噌汁	4	火	黄桃缶	ごはん	白身魚	ヨーグルト ハッピーターン 牛乳 白い風船
5	水	牛乳 リッツ	すき焼き風	かにかまサラダ	豆腐の味噌汁	5	水	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 焼きおにぎり 牛乳 マリー
6	木	ヨーグルト きなこせんべい	白身フライ	リャンバンサンスウ	コーンスープ	6	木	いちごゼリー	ごはん	白身魚	牛乳 ミニパン 牛乳 ぼたぼた焼き
7	金	牛乳 卵ボーロ	タンドリーチキン	豆サラダ	肉団子のスープ	7	金	パイ缶	七草粥	鶏ミンチ	ﾌﾞﾘｯｼﾞ 星食べよ 牛乳 ｸﾞﾗｲｽﾞ
8	土	牛乳 動物ビス	ラーメン	シーザーサラダ		8	土	フルーツカクテル缶		鶏ミンチ	牛乳 クリームコンフェ 牛乳 おかし
9	日					9	日			(牛乳 おかし)	
10	月					10	月			(牛乳 おかし)	
11	火	牛乳 アンパンマンビスケット	鮭味噌バター焼き	ポテトサラダ	もやしの味噌汁	11	火	みかん	ごはん	白身魚	ぜんざい まがりせんべい 牛乳 ムーンライト
12	水	牛乳 きなこせんべい	から揚げ	マカロニサラダ	なめこの味噌汁	12	水	青りんごゼリー	ふりかけごはん	鶏ミンチ	牛乳 バナナ 牛乳 星食べよ
13	木	牛乳 卵ボーロ	ニベのアップルソース	千切り大根の洋風煮	ほうれん草スープ	13	木	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 ミニパン 牛乳 まがりせんべい
14	金	ヨーグルト マンナビスケット	牛肉のﾌﾞﾙｯｸﾞ 風	うどんサラダ	豚汁	14	金	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 一口白身フライ 牛乳 カントリーマーム
15	土	牛乳 動物ビスケット	牛丼	もやしと胡瓜の和え物		15	土	みかん		鶏ミンチ	牛乳 豆乳ドーナツ 牛乳 おかし
16	日					16	日			(牛乳 おかし)	
17	月	牛乳 リッツ	サバの味噌煮	ほうれん草の卵とじ	南瓜の味噌汁	17	月	甘夏みかん缶	ごはん	白身魚	牛乳 ロールケーキ 牛乳 源氏パイ
18	火	ヨーグルト マンナビス				18	火			鶏ミンチ	牛乳 ウインナーポール 牛乳 ムーンライト
19	水	牛乳 アンパンマンビスケット	魚とさつまいものベジタブル煮	和風ｶﾞﾀ	呉汁	19	水	パイナップル	ごはん	白身魚	みかん ミニサラダ 牛乳 チョイスビスケット
20	木	牛乳 卵ボーロ	カレーライス	ササミのマヨ和え		20	木	バナナ		鶏ミンチ	牛乳 ミニパン 牛乳 ぼたぼた焼き
21	金	ヨーグルト きなこせんべい	鮭のムニエル	ちりめんサラダ	けんちん汁	21	金	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 マドレーヌ 牛乳 ｸﾞﾗｲ
22	土	牛乳 マンナビスケット	ビーフシチュー	コールスロー		22	土	バナナ	食パン	鶏ミンチ	牛乳 ワッフル 牛乳 おかし
23	日					23	日			(牛乳 おかし)	
24	月	牛乳 動物ビスケット	鶏の甘酢あんかけ	ごぼうサラダ	ほうれん草のシチュー	24	月	パイナップル	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 チーズケーキ 牛乳 ホームパイ
25	火	牛乳 きなこせんべい	エビカツ	ﾎﾞｲｽﾞﾊﾞｸﾞﾃﾞｨ 玉子焼きｶﾘﾌﾗﾜｰ-サラダ ｷﾝﾅﾞﾞｸﾞ		25	火	フルーツカクテル缶	しそおにぎり	白身魚	牛乳 シュークリーム 牛乳 ムーンライト
26	水	ヨーグルト マンナビス	ポークケチャップ	パンプキンサラダ	だいごんの味噌汁	26	水	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 パームクーヘン 牛乳 白い風船
27	木	牛乳 リッツ	赤魚の煮つけ	スパゲティサラダ	白菜のコトコトスープ	27	木	りんご	ごはん	白身魚	牛乳 ミニパン 牛乳 ミニサラダ
28	金	牛乳 マンナビスケット	肉じゃが	コーンサラダ	なめこ味噌汁	28	金	みかん	ごはん	鶏ミンチ	フルーツポンチ 牛乳 カントリーマーム
29	土	ヨーグルト 動物ビスケット	三色丼	もやしの酢の物		29	土	ぶどうゼリー		鶏ミンチ	牛乳 ミニたい焼き 牛乳 おかし
30	日					30	日			(牛乳 おかし)	
31	月	ヨーグルト マンナビスケット	チキン南蛮	ブロッコリーの胡麻和え	さつま芋の味噌汁	31	月	ﾌﾙｰﾂｷｯｽﾞ缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 キングドーナツ 牛乳 ホームパイ

< 介護献立 >

◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

1月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員
1	土 塩鮭 黒豆	伊達巻	桜漬け	花麩のすまし汁	御飯
2	日 いこみこうや	のり佃煮	たくあん	小松菜の味噌汁	御飯
3	月 いわしの梅煮	五目豆	つぼ漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
4	火 あじと野菜の豆乳よせ	キャベツの塩昆布和え	味噌漬け	豆腐の味噌汁	御飯
5	水 ブロッコリーのおかか和え	ほうれん草しゅうまい	野沢菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
6	木 がんもの煮物	納豆	桜漬け	人参の味噌汁	御飯
7	金 鮭の卵とじ	のり佃煮	胡瓜漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
8	土 ししゃも	五目豆	梅干し	小松菜の味噌汁	御飯
9	日 いわしの梅煮	めんたいこ	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
10	月 豆腐の卵とじ	かぼちゃの金平	べったら漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
11	火 ソテー	スマイルポテト	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
12	水 いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	野沢菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
13	木 豆腐とほうれん草の卵とじ	めんたいこ	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
14	金 ししゃも	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
15	土 ひじきの炒り煮	納豆	胡瓜漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
16	日 五目豆	たいみそ	茄子漬け	小松菜の味噌汁	御飯
17	月 がんもの煮物	のり佃煮	味噌漬け	なめこの味噌汁	御飯
18	火 あじと野菜の豆乳よせ	かぼちゃの金平	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
19	水 高野豆腐の寄せ煮	南瓜しゅうまい	野沢菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
20	木 オムレツ	ソテー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
21	金 ししゃも	ひじきの炒り煮	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
22	土 南瓜の煮物	納豆	白菜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
23	日 さんま生姜煮	ブロッコリーのおかか和え	桜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
24	月 切り干し大根煮物	めんたいこ	胡瓜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
25	火 高野豆腐とエビの卵とじ	キャベツの塩昆布和え	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
26	水 いこみこうや	納豆	しば漬け	えのきの味噌汁	御飯
27	木 オムレツ	ソテー	いちごジャム	南瓜スープ	ロールパン
28	金 がんもの煮物	ひじきの炒り煮	茄子漬け	人参の味噌汁	御飯
29	土 ししゃも	五目豆	梅干し	油揚げの味噌汁	御飯
30	日 切り干し大根煮物	たいみそ	たくあん	なめこの味噌汁	御飯
31	月 南瓜の煮物	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

1月 対象	主 菜 全 員	副菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	デザート 全 員	主 食 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1 土	煮しめ 数の子 チキン三味	薄紅花咲 紅白なます	うまき卵 越前ふくさ 羽子飯蒲餅	すまし汁	栗きんとん	赤飯	さつまいもと栗のタルト
2 日	二ベの胡麻味噌焼き	ピーナツの和え物	豆腐チキンボール 奈良漬け	ポテトオニオンスープ	フルーツみつ豆缶	御飯	二色あんぱい
3 月	ごぼうと牛肉の炒め煮	キャベツのマヨサラダ	ひじきの炒り煮 茄子漬け	南瓜の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯	カステラ
4 火	サバの塩焼き	茄子の味噌炒め	ｲﾝｸﾞのﾓおかか和え しば漬け	中華スープ	フルーツカクテル缶	御飯	黒砂糖の蒸しパン
5 水	親子丼	コーンサラダ	梅干し	オクラの味噌汁	バナナ	御飯	シュークリーム
6 木	鮭の揚げ煮	ｼｰｸﾞｰｰｰﾄ' ﾚｼﾞﾀﾞ	里芋の田楽 奈良漬け	豚汁	オレンジ	御飯	おにぎりせんべい ﾏﾙﾌｰﾄ
7 金	肉じゃが	もずく酢	さつま揚げと大根の煮物 味噌漬け	七草スープ	パイナップル	御飯	メロンパン
8 土	ちゃんぽん	和風サラダ	餃子		プリン		スイートポテト
9 日	青椒肉絲	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾊﾞｰﾀｰ醬油炒め	南瓜の煮物 野沢菜漬け	キャベツのスープ	パイナップ缶	御飯	豆乳ドーナツ
10 月	ぶりの照り焼き	ささみのﾓ和え	ぐだくさんの洋風卵焼き 高菜漬け	えのきとかまぼこのすまし汁	フルーツカクテル缶	御飯	紫芋饅頭
11 火	カレーライス	ひじきのサラダ	らっきよ 福神漬け		バナナ	御飯	ぜんざい
12 水	鯖の柚子みそ焼き	トマトサラダ	大根の煮物 梅干し	油揚げの味噌汁	りんご	御飯	いちごのマドレーヌ
13 木	からあげ	キャベツとツナの Pasta	たらこ和え しば漬け	きのこのスープ	洋梨缶	御飯	じゃりパン
14 金	赤魚の煮つけ	ほうれん草ソテー	大根の酢の物 白菜漬け	かきたま汁	みかん	ちらし寿司	誕生日ケーキ
15 土	ビビンバ丼	コールスロー	桜漬け	なめこの味噌汁	レモンゼリー	御飯	チョコパイ
16 日	鯖のおろし煮	チーズサラダ	バイクドエッグ つば漬け	肉団子スープ	フルーツカクテル缶	御飯	ミニたい焼き
17 月	鶏肉の三味焼き	竹輪と切り干し大根のサラダ	なすの田舎煮 沢庵	もずくのかきたま汁	パイナップル	御飯	ガトーレズン えびせん
18 火	白身魚のアップルソース	マカロニサラダ	もやしの味噌ﾊﾞｰﾀｰﾝ 茄子漬け	厚揚げの味噌汁	みかん	御飯	練乳蒸しパン
19 水	八宝菜	レタスサラダ	ピーマンの金平 味噌漬け	大根とベーコンのスープ	バナナ	御飯	ロールケーキ
20 木	しいらの西京焼き	大豆煮	おろし和え 梅干し	ビーフン汁	りんご	御飯	ようかん
21 金	タンドリーチキン	胡麻ドレサラダ	ｶﾌﾞﾏｰと卵の炒め物 昆布佃煮	石狩汁	パイナップル	御飯	クリームパン
22 土	カレイのきのこ甘酢あんかけ	じゃこと大根葉の炒め物	酢味噌和え 奈良漬け	ミネストローネ	黄桃缶	御飯	もみじまんじゅう
23 日	鶏肉と里芋の煮物	豆サラダ	南瓜の落とし揚げ 高菜漬け	大根の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯	プリンタルト
24 月	鮭のなかおちコロツケ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのごまﾄﾞﾚ	大豆とじゃこの甘辛煮 しば漬け	白菜のスープ	オレンジ	御飯	カスタードケーキ
25 火	鶏肉のみそ焼き	レンコンの炒め物	青しそサラダ 茄子漬け	呉汁	パイナップル	御飯	きのこたけのこ ﾓﾝｼﾞﾀﾞ
26 水	しいらの洋風焼き	たらこのポテサラ	昆布と竹輪の煮物 べつたら漬け	ほうれん草スープ	みかん	梅しそ御飯	ﾌﾞﾗｲｽﾞ ﾊｰﾋﾞｰﾀｰﾝ
27 木	すき焼き風	海藻サラダ	煮豆 奈良漬け	青さの味噌汁	りんご	御飯	チョコチップケーキ
28 金	白身魚フライ	じゃがいものチーズ煮	ｶﾌﾞﾏｰ-ﾀﾞ和え 白菜漬け	コーンスープ	黄桃缶	麦御飯	ﾊｰﾄﾞ ﾓｯｼﾞ
29 土	具だくさんうどん	じゃこいりサラダ	しゅうまい		青りんごゼリー		バームクーヘン
30 日	お魚豆腐の野菜あんかけ	かにいりサラダ	高野豆腐のよせ煮 昆布佃煮	玉ねぎの味噌汁	フルーツみつ豆缶	御飯	大判焼き
31 月	鶏肉のオーロラ焼き	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾄﾞﾏﾄのサラダ	小松菜の炒め物 しば漬け	じゃがいもの味噌汁	みかん缶	御飯	ワッフル

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

1月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	デザート	主 食
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)
1	土 ハヤシライス	キャベツのごまドレサラダ	福神漬け		レモンゼリー	御飯 福神漬け
2	日 肉団子の野菜あんかけ	青しそサラダ	金平ごぼう	厚揚げの味噌汁	ようかん	御飯 高菜漬け
3	月 ぶりのカレーマヨ焼き	かじりボン酢和え	卵の花	コンソメスープ	パイ牛	御飯 梅干し
4	火 ロースカツ	野菜胡麻マヨサラダ	南瓜とツナの煮物	きのこの味噌汁	祝い華	梅しそ御飯 桜漬け
5	水 カレイのムニエル	大根とハムのサラダ	厚揚げの卵とじ	レタススープ	いちごゼリー	御飯 つぼ漬け
6	木 漬け込み焼き鳥	茄子のマヨボン酢炒め	ほうれん草のナムル	白菜の味噌汁	りんご	御飯 しば漬け
7	金 ニベの青しそ焼き	青菜ときのこのお浸し	ブロッコリー-のあんかけ	油揚げの味噌汁	みかん	御飯 (配食 七草粥) 白菜漬け
8	土 白菜と豚肉のうま煮	シーザーサラダ	白和え	茄子の味噌汁	バナナ	御飯 昆布佃煮
9	日 鯖の西京焼き	青梗菜の中華炒め	枝豆のふわふわ豆腐	さつま芋の味噌汁	洋梨缶	御飯 桜漬け
10	月 豚肉のキムチ炒め	ピーマンの炒め物	切り干し大根の煮物	もずくスープ	パイナップル	御飯 沢庵
11	火 エビカツ	ピーマン炒め	さつまいものサラダ	トマトスープ	コーヒーゼリー	御飯 桜漬け
12	水 おでん	大根とハムのサラダ	南瓜と厚揚げの煮物	ほうとう汁	みかん	麦御飯 茄子漬け
13	木 鮭の味噌マヨ焼き	フルーツサラダ	さつまいものはちみつ煮	呉汁	バナナ	御飯 奈良漬け
14	金 鶏肉の照り焼き	ブロッコリーとアーモンドサラダ	里芋の胡麻煮	青さの味噌汁	りんご	御飯 味噌漬け
15	土 カレイの磯辺焼き	高野豆腐の卵とじ	鶏レバーのしぐれ煮	ポトフ	みかん	御飯 野沢菜漬け
16	日 豚肉の味噌炒め	かにかまサラダ	ふんわり花形豆腐	南瓜の味噌汁	黄桃缶	御飯 白菜漬け
17	月 しいらのトマトソース焼き	南瓜サラダ	アスパラソテー	もやしのカレースープ	バナナ	御飯 高菜漬け
18	火 鶏肉の塩麴焼き	しそ入り酢のみ	ほうれん草の卵とじ	とろろ昆布汁	りんご	御飯 奈良漬け
19	水 鮭の味噌バター焼き	春雨とささみの酢の物	煮豆	ほうれん草のすまし汁	オレンジ	ちらし寿司 白菜漬け
20	木 ミートローフ	ポテトサラダ	インゲン胡麻和え	南瓜のシチュー	杏仁豆腐	御飯 桜漬け
21	金 鯖の南蛮漬け	うどんサラダ	大根梅おかか和え	豆乳スープ	みかん	御飯 野沢菜漬け
22	土 豚肉の茄子の味噌炒め	かじりマヨサラダ	金平ごぼう	青梗菜卵とろとろスープ	バナナ	御飯 沢庵
23	日 太刀魚の塩焼き	キャベツと卵の和え物	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	人参の味噌汁	フルーツみつ豆缶	御飯 茄子漬け
24	月 麻婆豆腐	もやしの中華風ナムル	さつまいものいとこ煮	茄子の味噌汁	ぶどうゼリー	御飯 梅干し
25	火 ニベの梅おかか焼き	里芋のそぼろ煮	ツナトマトサラダ	なめこの味噌汁	りんご	十穀米 昆布佃煮
26	水 根菜カレー	ポーケケチャップ	ハムともやしの中華和え		バナナ	御飯 らっよう 福神漬け
27	木 鯖の味噌煮	ピーマンサラダ	厚揚げとニラの中華炒め	しめじの味噌汁	パイナップル	御飯 野沢菜漬け
28	金 鶏肉のチリソース	リャンパンソースウ	大根とひき肉の煮物	白菜とかまぼこのスープ	りんご	御飯 しば漬け
29	土 鯖のネギたれ	かじりマヨ和え	白和え	けんちん汁	みかん	御飯 高菜漬け
30	日 牛肉の厚揚げの甘辛煮	三色ナムル	卵焼き	大根葉の味噌汁	洋梨缶	御飯 梅干し
31	月 磯辺フライ	ソーセージ炒め	もやしの胡麻和え	青梗菜スープ	パイナップル	炊き込みご飯 桜漬け