

< 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	日					1	日					
2	月					2	月					
3	火					3	火					
4	水	牛乳 アパソマビスケット	カイのバターしょうゆ焼き	南瓜のツナ煮	春雨スープ	4	水	パイン缶	ごはん	白身魚	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 マリー
5	木	ヨーグルト 白い風船	南瓜コロケ	ササミのマヨ和え	ほうれん草スープ	5	木	みかん	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 さつま芋パン じゃりパン	牛乳 まがりせんべい
6	金	牛乳 マンナビスケット	鯖のネギたれ	ちりめんサラダ	もやしの味噌汁	6	金	バナナ	七草粥	白身魚	牛乳 クッキー	牛乳 ハッピーターン
7	土	ヨーグルト リッツ	ハヤシライス	コールスロー		7	土	黄桃缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 源氏パイ	牛乳 おかし
8	日					8	日					
9	月					9	月					
10	火	牛乳 卵ボーロ	鮭の塩焼き	ポテトサラダ	なめこの味噌汁	10	火	プリン	ふりかけごはん	白身魚	ぜんざい まがりせんべい	牛乳 ぼたぼた焼き
11	水	ヨーグルト きなこせんべい	すき焼き風	大根のサラダ	呉汁	11	水	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	ルゾジュース ワイドホト	牛乳 チョイスビスケット
12	木	牛乳 ウエハース	ニベのアップルソース	昆布とちくわの炒り煮	肉団子スープ	12	木	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 ルドニッシュ 焼きそばパン	牛乳 ミニサラダ
13	金	ヨーグルト 動物ビスケット	からあげ	マカロニサラダ	コーンスープ	13	金	パイナップル	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 きなこの蒸しパン	牛乳 ホームパイ
14	土	牛乳 アパソマビスケット	肉みそ焼きうどん	もやしと胡瓜の和え物		14	土	みかん		鶏ミンチ	のむヨーグルト 豆乳ドーナツ	牛乳 おかし
15	日					15	日					
16	月	ヨーグルト リッツ	サバの味噌煮	ほうれん草卵とじ	厚揚げの味噌汁	16	月	バナナ	ごはん	白身魚	みかん ミニサラダ	牛乳 カトリマム
17	火	牛乳 白い風船	白菜と豚肉のうま煮	うどんサラダ	もずくのかき玉汁	17	火	りんご	ごはん	鶏ミンチ	フルーツヨーグルト	牛乳 ムーンライト
18	水	牛乳 マンナビスケット				18	水				牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳 雪の宿
19	木	ヨーグルト きなこせんべい	カレーライス	ひじきと胡瓜のツナ和え		19	木	黄桃缶		鶏ミンチ	牛乳 クレパン シュガードーナツ	牛乳 マリー
20	金	牛乳 卵ボーロ	煮込みハンバーグ	リャンパンサンスウ	けんちん汁	20	金	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 マドレーヌ	牛乳 星たべよ
21	土	牛乳 動物ビスケット	ポトフ	豆サラダ		21	土	ブドウゼリー	ランチパン	鶏ミンチ	牛乳 おにぎりせんべい	牛乳 おかし
22	日					22	日					
23	月	牛乳 アパソマビスケット	ニベの西京焼き	ごぼうサラダ	えのきとかまぼこのすまし汁	23	月	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 チーズケーキ	牛乳 チョイスビスケット
24	火	ヨーグルト ウエハース	鶏の甘酢あんかけ	パンプキンサラダ	豆乳スープ	24	火	パイナップル	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 肉まん	牛乳 ぼたぼた焼き
25	水	牛乳 リッツ	磯辺フライ 卵焼き	ポパイパゲティ チキンナゲット	かぼちゃサラダ	25	水	フルーツカクテル缶	しそおにぎり	白身魚	牛乳 パームクーヘン	牛乳 ミニサラダ
26	木	牛乳 卵ボーロ	コーンサラダ	肉じゃが	白菜のコトコトスープ	26	木	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 バナパン ルバーグパン	牛乳 カトリマム
27	金	ヨーグルト きなこせんべい	鯖のカレーマヨ焼	千切り大根の洋風煮	南瓜の味噌汁	27	金	みかん	ごはん	白身魚	牛乳 おふのラスク	牛乳 ムーンライト
28	土	牛乳 白い風船	三色丼	シーザーサラダ		28	土	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	のむヨーグルト ミニたい焼き	牛乳 おかし
29	日					29	日					
30	月	ヨーグルト 動物ビスケット	鶏肉のネギ味噌焼き	スパゲティサラダ	大根とベーコンのスープ	30	月	パイナップル	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ビスコ	牛乳 星たべよ
31	火	牛乳 マンナビスケット	しいらのマヨパン粉焼き	レバーの甘辛煮	人参の味噌汁	31	火	黄桃缶	ごはん	白身魚	牛乳 芋かりんとう	牛乳 雪の宿

< 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 日	塩鮭 かまぼこ	伊達巻	海苔の佃煮	花麩のすまし汁	御飯
2 月	五目豆	春雨サラダ	めんたい	小松菜の味噌汁	御飯
3 火	いわしの梅煮	納豆	つぼ漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
4 水	お魚と豆腐のひじき寄席	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	味噌漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
5 木	卵の花	ほうれん草しゅうまい	高菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
6 金	がんもの煮物	きんぴらごぼう	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
7 土	南瓜の煮物	オクラの湯葉和え	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
8 日	いわしの梅煮	キャベツの塩昆布和え	べったら漬け	油揚げの味噌汁	御飯
9 月	オムレツ	ソテー	りんごジャム	コンソメスープ	食パン
10 火	いこみこうや	塩サバ	野沢菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
11 水	切り干し大根煮物	春雨サラダ	つぼ漬け	キャベツの味噌汁	御飯
12 木	カリフラワーのきんぴら	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	ほうれん草の味噌汁	御飯
13 金	ししゃも	ひじきの炒り煮	たくあん	小松菜の味噌汁	御飯
14 土	オクラの湯葉和え	ブロッコリーのおかか和え	つぼ漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
15 日	ほうれん草の卵とじ	ペンネサラダ	味噌漬け	なめこの味噌汁	御飯
16 月	お魚と豆腐のひじき寄席	納豆	胡瓜漬け	小松菜の味噌汁	御飯
17 火	きんぴらごぼう	南瓜しゅうまい	野沢菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
18 水	春雨さっぱりサラダ	ウインナー	チョコジャム	南瓜スープ	ロールパン
19 木	がんもの煮物	小松菜の和え物	胡瓜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
20 金	ひじきの炒り煮	納豆	奈良漬け	じゃがいもの味噌汁	御飯
21 土	五目豆	南瓜しゅうまい	たい味噌	小松菜の味噌汁	御飯
22 日	切り干し大根煮物	春菊のお浸し	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
23 月	さんま生姜煮	キャベツの塩昆布和え	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
24 火	いこみこうや	南瓜の煮物	しば漬け	えのきの味噌汁	御飯
25 水	ペンネサラダ	オムレツ	いちごジャム	野菜スープ	ロールパン
26 木	がんもの煮物	ひじきの炒り煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
27 金	金平ごぼう	春雨サラダ	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
28 土	塩サバ	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
29 日	南瓜の煮物	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
30 月	切り干し大根煮物	ウインナー	たくあん	なめこの味噌汁	御飯
31 火	いわしの梅煮	カリフラワーの金平	茄子漬	油揚げの味噌汁	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 日	筑前煮 数の子 黒豆	ぶり照り焼き 柚子松風	栗きんとん 紅白なます	すまし汁		赤飯	フリーカットケーキ
2 月	鯖の西京焼き	オクラとなめこの和え物	う巻き卵 つぼ漬け	ほうれん草のすまし汁	きんかん	いなり寿司	スイートポテト
3 火	豚肉の生姜炒め	ペンネサラダ	イカと里芋の煮物 べったら漬	南瓜の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯	カステラ
4 水	さんまの塩焼き	茄子の胡麻味噌炒め	ｲｸﾞﾝのﾈおかか和え しば漬	中華スープ	フルーツカクテル缶	御飯	黒ごま最中 ハッピーターン
5 木	きのこあんかけハンバーグ	ツナコーンサラダ	里芋の昆布煮 梅干し	わかめの味噌汁	バナナ	御飯	バームクーヘン
6 金	鮭の揚げ煮	なます	白菜の和え物 奈良漬	レタススープ	オレンジ	御飯	チーズケーキ
7 土	肉じゃが	シーザーサラダ	さつま揚げと大根の煮物 味噌漬	七草スープ	フルーツみつ豆缶	御飯	かりんとう黒糖 源氏パイ
8 日	魚のマヨ焼き	きんぴらごぼう	白和え 野沢菜漬	キャベツのスープ	パイナップル缶	御飯	紫芋饅頭
9 月	チキン南蛮	キャベツとツナの Pasta	ｶﾌﾞﾈのたらこ和え しば漬	茄子の味噌汁	フルーツカクテル缶	御飯	梅カステラ おにぎりせんべい
10 火	鯖の柚子みそ焼き	コールスロー	イカの煮物 梅干し	えのきとかまぼこのすまし汁	りんご	御飯	カプリコ 星食べよ
11 水	カレーライス	ひじきのサラダ	らっきょう 福神漬		みかん	御飯	ぜんざい まがりせんべい
12 木	しいらのおろし煮	トマトサラダ	大豆とじゃこの甘辛煮 白菜漬	わかめスープ	オレンジ	御飯	アルフォート おにぎりせんべい
13 金	鯖の煮つけ	うどんサラダ	青菜ときのこのお浸し 高菜漬	なめこの味噌汁	みかん	御飯	ミニパン
14 土	ミートスパゲティ	和風サラダ		コーンスープ	プリン		豆乳ドーナツ
15 日	豚肉のキムチ炒め	もずく酢	卵焼き 茄子漬	キャベツの味噌汁	黄桃缶	御飯	チョコパイ
16 月	白身魚のアップルソース	マカロニサラダ	もやしの味噌ﾊﾞﾀｰｺｰﾝ 沢庵	もずくのかきたま汁	みかん	御飯	イチゴ蒸しパン
17 火	八宝菜	レタスサラダ	里芋の胡麻煮 味噌漬	厚揚げの味噌汁	バナナ	御飯	ロールケーキ
18 水	しいらの西京焼き	切り干し大根の煮物	おろし和え 梅干し	キノコスープ	りんご	御飯	どら焼き ハッピーターン
19 木	塩鮭	卵焼き	白菜の白和え つぼ漬	けんちん汁	プリン	梅しそ御飯	誕生日ケーキ
20 金	筑前煮	五色なます	ピーマン炒め物 さくら漬	厚揚げの味噌汁	フルーツみつ豆缶	御飯	ミニパン
21 土	鯖の照り焼き	チーズサラダ	鶏レバーしくれ煮 つぼ漬	肉団子スープ	バナナ	御飯	ミニたい焼き
22 日	牛肉と厚揚げの甘辛煮	ささみのマヨ和え	お魚と豆腐のひじきよせ しば漬	白菜スープ	フルーツカクテル缶	御飯	カスタードケーキ
23 月	鶏肉チリソース	里芋のそぼろ煮	白菜の白和え 茄子漬	呉汁	フルーツみつ豆缶	御飯	スイスパウム ミニサラダ
24 火	しいらの洋風焼き	ポテトサラダ	昆布と竹輪の煮物 べったら漬	豆乳スープ	みかん	御飯	フライドポテト 牛乳
25 水	すき焼き風	ビーフンサラダ	煮豆 奈良漬	あおさの味噌汁	りんご	御飯	きのこたけのこ ぼたぼた焼き
26 木	鮭のムニエル	じゃがいものチーズ煮	ｶﾌﾞﾈのﾀﾞｲお和え 奈良漬	コーンスープ	雪花うさぎ	御飯	コアラのマーチ ルマンド
27 金	カレイのきのこ甘酢あん	じゃこのきのこと大根葉の炒め物	イカの酢味噌あえ 白菜漬	ミネストローネ	バナナ	御飯	ミニパン
28 土	ビビンバ丼	豆サラダ	高菜漬	大根の味噌汁	レモンゼリー	御飯	プリンタルト
29 日	牛肉のブルコギ風	カリフラワーのマヨ和え	鶏レバーしくれ煮 しば漬	じゃがいもの味噌汁	みかん缶	御飯	ワッフル
30 月	カレーうどん	ポテトサラダ			バナナ	いなり寿司	シュークリーム
31 火	イカと大根の煮物	カニ入りサラダ	ひじきの白和え 昆布の佃煮	もやしの味噌汁	パイナップル	御飯	さつま芋と栗のタルト

◆◆◆◆◆ 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 日	海老フライ	鶏レバーしぐれ煮	白和え	とろろ昆布汁	甘夏缶	御飯 桜漬け
2 月	すき焼風	白菜と蒸し鶏のナムル	鮭の卵とじ	大根の味噌汁	紅福寿	御飯 しば漬け
3 火	赤魚の煮つけ	オクラの湯葉和え	卵焼き	さつま芋の味噌汁	フルーツみつ豆缶	御飯 梅干し
4 水	ロースカツ	野菜胡麻マヨサラダ	南瓜とツナの煮物	白菜の味噌汁	祝い華	御飯 桜漬け
5 木	カレイの青しそ焼き	ビーフン炒め	カリフラワーのたらこ和え	ニラときのこのスープ	青りんごゼリー	御飯 つぼ漬け
6 金	漬け込み焼き鳥	じゃが芋のチーズ煮	ほうれん草の和え物	豚汁	りんご	御飯 茄子漬け
7 土	カレイのムニエル/ブロッコリー	ちりめんサラダ	厚揚げの卵とじ	豆腐のすまし汁	ようかん	御飯 (配食 七草粥) しば漬け
8 日	青椒肉絲	かにかまサラダ	南瓜の落とし揚げ	さつま芋の味噌汁	黄桃缶	御飯 沢庵
9 月	鮭の味噌マヨ焼き	大根とハムの中華風サラダ	青梗菜のひき肉炒め	ビーフン汁	りんご	御飯 味噌漬け
10 火	豚肉の生姜焼き	フルーツサラダ	ピーマンと人参の金平	ほうとう汁	バナナ	御飯 茄子漬け
11 水	エビカツ	さつま芋サラダ	茄子ときのこのボン酢炒め	トマトスープ	コーヒーゼリー	御飯 桜漬け
12 木	鶏肉の照り焼き	ごぼうサラダ	南瓜と厚揚げの煮物	青さの味噌汁	バナナ	炊き込みご飯 奈良漬
13 金	白菜と豚肉のうま煮	大根の胡麻ドレサラダ	なすの田舎煮	呉汁	バナナ	御飯 桜漬け
14 土	メルルーサの西京焼き	トマトとチーズのサラダ	ブロッコリーバター醤油炒め	もずくスープ	みかん	御飯 梅干し
15 日	お魚豆腐の野菜あんかけ	ブロッコリーの胡麻ドレサラダ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	ほうれん草のスープ	フルーツカクテル	御飯 高菜漬け
16 月	鶏肉の塩麹焼き	大豆のトマト煮	しそ入り酢の物	石狩汁	りんご	御飯 奈良漬
17 火	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	みかん	ちらし寿司 白菜漬
18 水	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
19 木	油淋鶏	かたかなのカレーマヨサラダ	大根梅おかか和え	豆乳味噌スープ	りんご	御飯 野沢菜漬
20 金	魚の磯辺焼き	高野豆腐の卵とじ	きのこの酢の物	ポトフ	オレンジ	御飯 梅干し
21 土	ゴボウと牛肉の炒め物	竹輪と切り干し大根のサラダ	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	南瓜の味噌汁	みかん	御飯 白菜漬
22 日	鮭のバター醤油焼き	三色ナムル	高野豆腐とエビの卵とじ	なめこの味噌汁	夏ミカン	御飯 梅干し
23 月	魚の梅おかか焼き	レンコンの味噌炒め	ツナトマトサラダ	大根葉の味噌汁	りんご	御飯 昆布の佃煮
24 火	きのこカレー	白身魚フライ	ハムともやしの中華和え		バナナ	御飯 らっよう 福神漬
25 水	鯖の味噌煮	海藻サラダ	厚揚げとニラの中華炒め	卵スープ	みかん	御飯 野沢菜漬
26 木	鶏肉のみそ焼き	リャンパンサンスウ	大根とひき肉の煮物	しめじの味噌汁	りんご	御飯 しば漬
27 金	鶏肉と茄子の味噌炒め	リンゴのサラダ	キャベツと卵のマヨ和え	里芋の味噌汁	オレンジ	御飯 沢庵
28 土	さんまの塩焼き	うどんの胡麻ドレサラダ	白和え	青梗菜の卵トロトロスープ	バナナ	御飯 茄子漬
29 日	塩鮭	きんぴらごぼう	卵焼き	青梗菜の中華スープ	フルーツみつ豆缶	御飯 桜漬
30 月	豚肉の味噌炒め	もやしの中華ナムル	里芋の田楽	けんちん汁	りんご	御飯 梅干し
31 火	鯖のネギだれ	マカロニのカレーマヨサラダ	さつま芋のいとこ煮	豆腐の味噌汁	オレンジ	御飯 高菜漬