

< こんだてひょう・保育 >

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
昼食		ごはん 清まし汁 鱈のおろし醤油* 里芋のごま味噌煮 フルーツ*	ごはん 味噌汁 豚肉とじゃが芋の香味炒め 白菜と若布の和え物 フルーツ	ごはん 鶏煮込み 味噌汁 わかめ生姜和え フルーツ*	肉ニラあんかけうどん 大根ツナソテー フルーツ *おにぎり50g	ごはん 味噌汁 イナダのごま味噌焼き さつま芋サラダ* フルーツ
10時		乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
3時		ぼたぼた焼き	ゼリー	ゼリー	雪の宿	せんべい
	7	8	9	10	11	12
昼食	ごはん 味噌汁 ハンバーグ ポテトサラダ フルーツ	ごはん お吸い物 鶏の醤油炒め さつまいも甘煮 フルーツ*	ごはん 味噌汁 鶏肉のバター醤油焼き ハムのマリネサラダ フルーツ*	ごはん わかめスープ ミートボール 水餃子 フルーツ	ごはん 味噌汁 ポークチャップ 薬味豆腐 フルーツ	チキンカレーライス 野菜スープ *スパゲティサラダ フルーツ
10時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
3時	ぼたぼた焼き	ゼリー	せんべい	おかき	ゼリー	雪の宿
	14	15	16	17	18	19
昼食	ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き ブロッコリー和え フルーツ*	ハヤシライス コンソメスープ さつま芋サラダ フルーツ*	ごはん 中華スープ ハムと野菜ケチャップ炒め しゅうまい フルーツ	ごはん 味噌汁 鱈のムニエル トマトソース ビーフンカレーソテー フルーツ	うどん はんぺんソテー 刻み昆布の煮物 フルーツ* *おにぎり50g	ごはん 清まし汁 鶏の味噌炒め コーンのサラダ フルーツ*
10時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
3時	ぼたぼた焼き	ゼリー	雪の宿	ゼリー	おかき	せんべい
	21	22	23	24	25	26
昼食	ごはん お吸い物 (お花とうふ) たらの煮つけ 紅白なます カブ フルーツ*	チンジャオロースー丼 中華スープ いんげんサラダ* フルーツ	ごはん 味噌汁 豆腐ハンバーグ 切干大根の炒り煮 フルーツ*	きのこうどん* ナゲット インゲンのちくわ和え フルーツ *おにぎり50g	ごはん 清まし汁 肉野菜炒め ぜんまいの炒め煮 フルーツ*	ごはん 味噌汁 赤魚の醤油麹 南瓜の黒ごま和え フルーツ
10時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
3時	ゼリー	おかき	ゼリー	雪の宿	せんべい	ぼたぼた焼き
	28	29	30			
昼食	ごはん 味噌汁 蒸し鶏のきのこソース 小松菜のりあえ フルーツ	カレーライス コンソメスープ ワカメサラダ フルーツ*	ごはん 芋煮汁 鶏と大根の炊き合わせ ほうれん草の白和え フルーツ*			
10時	乳飲料	乳飲料	乳飲料			
3時	おかき	ぼたぼた焼き	ゼリー			

*食材の仕入れの都合により、献立を変更する場合があります