



日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海産	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑨おやつ	
4 木	お正月メニュー									
5 金	炒り卵のミートソースかけ 果物 小松菜とえのきの和え物 七草がゆ	卵 合挽肉	粉チーズ	人参 ビーマン パセリ トマト缶 人参 小松菜 (春の七草)	玉葱 マッシュルーム もやし えのき	(米)	ケチャップ ソース 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ (塩)	リンゴ 牛乳	スイートポテト 牛乳	さつまいも 砂糖 バター 牛乳 卵 コーン フレーク レーズン BP
9 火	高野豆腐の中巻煮 果物 アロココリーの甘酢和え	豚肉 高野豆腐 竹輪	ワカメ	人参 青梗菜 人参 アロココリー	玉葱 干椎茸 生姜	片栗粉	醤油 砂糖 鶏がらスープの素 醤油 砂糖 酢 ゴマ	せんべい 牛乳	ビーフン	豚肉 人参 ビーマン 玉葱 キャベツ ビーフン 醤油 油 塩コショウ
10 水	カブとウインナーのポトフ マカロニサラダ 果物	ウインナー	チーズ	人参 玉葱 しめじ 人参 胡瓜 コーン	カブ 玉葱 しめじ 人参 胡瓜 コーン	さつまいも マカロニ	コンソメ 塩コショウ マヨネーズ 酢 砂糖	ビスケット 牛乳	ツナ味噌焼きおにぎり 牛乳	米 ツナ 味噌 みりん 砂糖 ゴマ油
11 木	親子焼き 果物 色々野菜の白和え	卵 鶏ミンチ 豆腐		人参 ニラ 人参 アロココリー 三つ葉	玉葱 干椎茸 しめじ	さつまいも	醤油 砂糖 味噌 醤油 砂糖 ゴマ	リンゴ 牛乳	ぜんざい 牛乳	小豆 ざらめ 白玉粉 豆腐 塩
12 金	魚のトマトソースかけ 白菜の和え物 ヨーグルト	魚		人参 ビーマン トマト缶 人参 ほうれん草	玉ねぎ マッシュルーム 白菜 しめじ		ケチャップ ソース コンソメ 塩コショウ 醤油	バナナ 牛乳	きな粉クッキー	小麦粉 BP 黄粉 卵 すりごま 牛乳
13 土	チキンライス コンソメスープ 果物	鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 パセリ	玉葱 グリンピース 玉葱 クリームコーン	米	ケチャップ 塩コショウ コンソメ 塩コショウ	せんべい 牛乳	マドレーヌ 牛乳	小麦粉 バター 卵 砂糖 BP
15 月	魚のマーマレード焼き ミニトマト 冬野菜のゆかり和え 果物	魚		(ミニトマト) 人参 ほうれん草	白菜 大根	マーマレード	醤油 ゆかり	リンゴ 牛乳	びっくりゴマおとし 牛乳	マシュマロ コーンフレーク バター まがりせんべい すりごま
16 火	ごぼう大葉の和風つくね アロココリーとツナの和え物 果物	合挽肉 ツナ	ひじき	人参 青しそ 人参 アロココリー	玉葱 ごぼう 生姜	片栗粉	醤油 砂糖 みりん 塩コショウ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	お豆腐ブラウニー 牛乳	絹豆腐 ホットケーキミックス 砂糖 ココア 牛乳 油
17 水	お弁当日									
18 木	誕生会メニュー									
19 金	レバーの甘辛煮 果物 人参しりしり屋	牛肉 鶏レバー ツナ 卵		人参 ニラ 人参	玉葱 ごぼう ニンニク 生姜 玉葱 もやし		醤油 砂糖 酒 醤油 砂糖 塩コショウ	バナナ 牛乳	ジャムサンド 牛乳	食パン ジャム
20 土	サンドイッチ コンソメスープ 果物	ツナ 卵 ベーコン		人参 パセリ	玉葱 胡瓜 玉葱 キャベツ	じゃが芋	マヨネーズ 塩コショウ コンソメ 塩コショウ	ビスケット 牛乳	やせうま 牛乳	やせうま麺 黄粉 砂糖
22 月	魚のコーンクリーム焼き ドレッシングサラダ 果物	魚		人参 黄ピーマン	クリームコーン コーン 胡瓜 レタス		塩コショウ ドレッシング	せんべい 牛乳	カオチーパテ 牛乳	パン 胡瓜 ハム 合挽肉 味噌 醤油 砂糖
23 火	牛肉の柳川風 果物 胡瓜とわかめの酢の物	牛肉 卵 カニカマ	ワカメ	人参 葱 人参	玉葱 ごぼう 生姜 胡瓜	糸こんにゃく	醤油 砂糖 みりん 醤油 砂糖 酢	ビスケット 牛乳	梅じゃこおにぎり 牛乳	米 梅干し 青しそ チリメン
24 水	おでん 果物 もやしのナムル ししゃも	鶏肉 かまぼこ 厚揚げ ウズラ卵 ハム (ししゃも)	切昆布	人参 人参	大根 もやし 胡瓜	こんにゃく 里芋	味噌 醤油 砂糖 醤油 砂糖 ゴマ油	バナナ 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	オレンジジュース 砂糖 アガー みかん缶
25 木	タンドリーチキン アロココリー 切干大根の焼きそば屋 果物	鶏肉 鶏ミンチ 竹輪	ヨーグルト 青のり	(アロココリー) 人参 インゲン	ニンニク キャベツ 切干大根		ケチャップ カレー粉 醤油 砂糖 塩コショウ お好みソース	リンゴ 牛乳	南瓜マフィン 牛乳	小麦粉 南瓜 バター 砂糖 卵 レーズン BP
26 金	ニラ豚 ヨーグルト 厚揚げと小松菜の胡麻マヨ和え	豚肉 厚揚げ		人参 ニラ 人参 小松菜	玉葱 キャベツ もやし		醤油 オイスターソース 塩コショウ 醤油 砂糖 味噌 すりごま ゴマ 酢 マヨ	せんべい 牛乳	フロランタン 牛乳	クラッカー バター 砂糖 牛乳 バナナ レーズン
27 土	ナポリタン ゆで卵 果物	ウインナー 卵	粉チーズ	人参 ビーマン	玉葱 マッシュルーム	スバゲティ	ケチャップ ソース 砂糖	ビスケット 牛乳	菓子 牛乳	菓子
29 月	枝豆入りまごころ揚げ 果物 ほうれん草のチリメン和え	豆腐 鶏ミンチ 卵 チリメン		人参 葱 枝豆 人参 ほうれん草	玉葱	パン粉	塩コショウ お好みソース 醤油	せんべい 牛乳	ボンデ黒糖 牛乳	白玉粉 小麦粉 絹豆腐 卵 牛乳 BP 油 黒糖
30 火	鮭のクリームシチュー 果物 蓮根とひじきのサラダ	鮭	牛乳 ひじき	人参 アロココリー 南瓜 人参 小松菜	玉葱 しめじ れんこん		シチュールー 醤油 砂糖 酢 ゴマ	ビスケット 牛乳	肉まん 牛乳	ホットケーキミックス 片栗粉 鶏ミンチ 白葱 油 干椎茸 砂糖 酢 醤油
31 水	アドボ 果物 大根海苔サラダ	鶏肉 カニカマ	刻み海苔	人参	玉葱 ニンニク 大根 胡瓜		醤油 黒砂糖 酢 マヨネーズ 酢 砂糖	リンゴ 牛乳	チーズラスク 牛乳	食パン パセリ マヨネーズ 粉 チーズ

お正月
メニュー

七草

鏡開き

お弁当

誕生会

気になる給食がありましたら、いつでもレシビを準備します
※献立は変更になる場合があります