

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	ベビースティック	かぼちゃボーロ	ベビースティック	かぼちゃボーロ	ベビースティック	
	1 おかゆ	2 おかゆ	3 おかゆ	4 おかゆ	5 おかゆ	6
昼ごはん	豆腐のみそぼろ 木綿豆腐 豚ひき肉 醤油 味噌 片栗粉	鶏肉のとろみ煮 鶏こま肉 醤油 片栗粉	ポトフ 鶏こま肉 ジャガイモ 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	高野豆腐のそぼろ煮 高野豆腐 鶏ひき肉 煮干し 味噌 片栗粉	さわらのとろみ煮 さわら 醤油 片栗粉	
	野菜のスティック煮 きゅうり 人参 三温糖 醤油	野菜の甘辛煮 玉ねぎ 人参 もやし 煮干し 醤油 三温糖	きやべつときゅうりの煮物 きやべつ きゅうり 醤油 三温糖	ひじきと人参の煮物 ひじき 人参 醤油 三温糖	大根と人参の煮物 大根 人参 醤油 三温糖	
	きやべつのスープ きやべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	みそ汁 わかめ 木綿豆腐 煮干し 味噌		すまし汁 小松菜 きやべつ 煮干し 醤油 塩	みそ汁 わかめ ジャガイモ 煮干し 味噌	
午後おやつ	ミルク さつまいもがゆ 精白米 鶏ひき肉 さつまいも 塩	ミルク 小松菜のおかゆ 精白米 小松菜 豚ひき肉 塩	ミルク ジャガイものおかゆ 精白米 ジャガイも 豚ひき肉 塩	ミルク 人参のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 醤油	ミルク きやべつのおかゆ 精白米 豚こま肉 きやべつ 醤油	
	8 おかゆ	9 おかゆ	10 パンがゆ	11 おかゆ	12 おかゆ	13
昼ごはん	たらのみそ煮 たら 味噌 片栗粉	豚肉ときやべつの煮物 豚こま肉 きやべつ 味噌 片栗粉	鶏肉のとろみ煮 鶏こま肉 塩 醤油 片栗粉	豚肉と野菜の照り煮 豚こま肉 玉ねぎ 人参 三温糖 醤油	鶏肉みそ煮 鶏こま肉 味噌 三温糖 片栗粉	
	野菜のスティック煮 じゃがいも 人参 醤油 三温糖	かぶの煮物 かぶ 醤油 三温糖	かぼちゃの甘煮 かぼちゃ 三温糖 醤油	さつまいもの甘煮 さつまいも 三温糖 水	おかかあえ きやべつ きゅうり かつお節 醤油	
	すまし汁 玉ねぎ わかめ 煮干し 醤油 塩	野菜のスープ 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	みそ汁 人参 小松菜 煮干し 味噌	みそ汁 白菜 玉ねぎ 煮干し 味噌	すまし汁 木綿豆腐 白菜 煮干し 醤油 塩	
午後おやつ	ミルク 豆腐おかかがゆ 精白米 木綿豆腐 かつお節 醤油	ミルク きやべつのおかゆ 精白米 鶏ひき肉 きやべつ 塩	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 鶏こま肉 かぼちゃ 塩	ミルク ツナがゆ 精白米 ツナ水煮 かつお節 醤油	ミルク 豚肉と玉ねぎのおかゆ 精白米 豚ひき肉 玉ねぎ 塩	
	15 おかゆ	16 おかゆ	17 おかゆ	18 おかゆ	19 おかゆ	20
昼ごはん	豆腐のみそぼろ 木綿豆腐 豚ひき肉 醤油 味噌 片栗粉	鶏肉のとろみ煮 鶏こま肉 醤油 片栗粉	ポトフ 鶏こま肉 ジャガイモ 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	高野豆腐のそぼろ煮 高野豆腐 鶏ひき肉 煮干し 醤油 片栗粉	さわらのとろみ煮 さわら 醤油 片栗粉	
	野菜のスティック煮 きゅうり 人参 三温糖 醤油	野菜の甘辛煮 玉ねぎ 人参 もやし 煮干し 醤油 三温糖	きやべつときゅうりの煮物 きやべつ きゅうり 醤油 三温糖	ひじきと人参の煮物 ひじき 人参 醤油 三温糖	大根と人参の煮物 大根 人参 醤油 三温糖	
	きやべつのスープ きやべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	みそ汁 わかめ 木綿豆腐 煮干し 味噌		みそ汁 小松菜 きやべつ 煮干し 味噌	みそ汁 わかめ ジャガイモ 煮干し 味噌	
午後おやつ	ミルク さつまいもがゆ 精白米 鶏ひき肉 さつまいも 塩	ミルク 小松菜のおかゆ 精白米 小松菜 豚ひき肉 塩	ミルク ジャガイものおかゆ 精白米 ジャガイも 豚ひき肉 塩	ミルク 人参のおかゆ 精白米 鶏こま肉 人参 醤油	ミルク きやべつのおかゆ 精白米 豚こま肉 きやべつ 醤油	
	22 おかゆ	23 おかゆ	24 おかゆ	25 おかゆ	26 かしわうどん	27
昼ごはん	たらのみそ煮 たら 味噌 片栗粉	豚肉ときやべつの煮物 豚こま肉 きやべつ 味噌 片栗粉	鶏肉と人参の煮物 鶏こま肉 人参 醤油 片栗粉	豚肉と人参のとろみ煮 豚こま肉 玉ねぎ 人参 塩 醤油	米粉のうどん 鶏こま肉 干し椎茸 小松菜 人参 長ねぎ 煮干し 花かつお 昆布 醤油 みりん 塩	
	野菜のスティック煮 じゃがいも 人参 醤油 三温糖	かぶの煮物 かぶ 醤油 三温糖		大根の煮物 大根 三温糖 醤油	さつまいもの甘煮 さつまいも 水 三温糖	
	すまし汁 玉ねぎ わかめ 煮干し 醤油 塩	野菜のスープ 人参 玉ねぎ 煮干し 塩	野菜のスープ きやべつ 玉ねぎ 煮干し 塩	みそ汁 さつまいも 玉ねぎ 煮干し 味噌		
午後おやつ	ミルク かぼちゃがゆ 精白米 かぼちゃ 塩	ミルク きやべつのおかゆ 精白米 鶏ひき肉 きやべつ 塩	ミルク 人参のおかゆ 精白米 豚こま肉 人参 醤油	ミルク さつまいもがゆ 精白米 鶏ひき肉 さつまいも 醤油	ミルク 豚肉と小松菜のおかゆ 精白米 豚こま肉 小松菜 醤油	

※献立内容は変更になる可能性があります。



	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	マシュマロ	小魚せんべい	ミルクチップ	おさつでポン	レモンラムネ	小魚せんべい
	1	2	3	4	5料理保育	6
昼ごはん	ごはん 厚揚げのミートソース煮 厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ 油 塩 三温糖 にんにく	ごはん 鶏肉の生姜焼き 鶏もも肉 しょうが 醤油 みりん	ポークカレー 精白米 豚こま肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルゲン不使用ルー	高野豆腐のそぼろ丼 精白米 高野豆腐 玉ねぎ 鶏ひき肉 人参 三温糖 油 塩 醤油	ごはん 鰯の照り焼き 鰯 みりん 醤油	味噌バターコーンラーメン 生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きやべつ にら コーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター
午後おやつ	牛乳 さつまいもドーム さつまいも 三温糖 塩	麦茶 中華炒めおにぎり 精白米 豚ひき肉 小松菜 醤油 ごま油	牛乳 簡単アップルパイ りんごジャム 三温糖 米粉の餃子の皮 油	麦茶 照り焼きドッグ コッペパン 鶏こま肉 きやべつ 醤油 酒 みりん マヨドレ	牛乳 メープル蒸しパン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー メープルシロップ 豆乳	牛乳 炊込みおにぎり 精白米 鶏ひき肉 人参 油揚げ 醤油 みりん
	8	9	10	11	12	13
昼ごはん	ごはん 鰯の西京焼き 鰯 味噌 みりん 三温糖 油	餃子丼 精白米 豚ひき肉 きやべつ にら にんにく しょうが 油 酒 塩 醤油 ごま油	酵母ロール ささみフライ 鶏のささみ 小麦粉 パン粉 油 ソース	ごはん 豚バラ大根	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き 鶏もも肉 玉ねぎ 塩 マヨドレ	桜エビのチャーハン 精白米 桜エビ ツナ油漬 長ねぎ ごま油 塩 青のり
午後おやつ	牛乳 ココアブランニー 米粉 片栗粉 木綿豆腐 油 ベーキングパウダー 三温糖 ココア粉	麦茶 チーズナゲット 木綿豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 豆乳チーズ 塩 ケチャップ 油	牛乳 マカロニみたらし 米粉マカロニ 醤油 三温糖 水 片栗粉	麦茶 ポテトとツナのおやき じゃがいも ツナ油漬 塩 マヨドレ 片栗粉	牛乳 バナナマフィン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー バナナ 豆乳	牛乳 きなこ揚げパン コッペパン 油 三温糖 きな粉 塩
	15	16	17	18	19	20
昼ごはん	ごはん 厚揚げのミートソース煮 厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ 油 塩 三温糖 にんにく	ごはん 鶏肉の生姜焼き 鶏もも肉 しょうが 醤油 みりん	ポークカレー 精白米 豚こま肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルゲン不使用ルー	ごはん 高野豆腐のそぼろ丼 精白米 高野豆腐 玉ねぎ 鶏ひき肉 人参 三温糖 油 塩 醤油	ごはん 鰯の照り焼き 鰯 みりん 醤油	味噌バターコーンラーメン 生中華麺 豚こま肉 人参 もやし きやべつ にら コーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター
午後おやつ	牛乳 さつまいもドーム さつまいも 三温糖 塩	麦茶 中華炒めおにぎり 精白米 豚ひき肉 小松菜 醤油 ごま油	牛乳 簡単アップルパイ りんごジャム 三温糖 米粉の餃子の皮 油	麦茶 照り焼きドッグ コッペパン 鶏こま肉 きやべつ 醤油 酒 みりん マヨドレ	牛乳 メープル蒸しパン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー メープルシロップ 豆乳	牛乳 炊込みおにぎり 精白米 鶏ひき肉 人参 油揚げ 醤油 みりん
	22冬至	23	24誕生日会	25もちつき	26年越しうどん	27
昼ごはん	ごはん 鰯の西京焼き 鰯 味噌 みりん 三温糖 油	餃子丼 精白米 豚ひき肉 きやべつ にら にんにく しょうが 油 酒 塩 醤油 ごま油	ジャンバラヤ風ごはん 鶏肉の塩焼き 精白米 ベーコン 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 油 ソース 醤油 ケチャップ 塩 カレー粉	ごはん 豚バラ大根	かしわうどん 米粉のうどん 鶏こま肉 干し椎茸 小松菜 人参 長ねぎ 煮干し 花かつお 昆布 醤油 みりん 塩	桜エビのチャーハン 精白米 桜エビ ツナ油漬 長ねぎ ごま油 塩 青のり
午後おやつ	牛乳 かぼちゃのぜんざい かぼちゃ あずき 三温糖	麦茶 チーズナゲット 木綿豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 豆乳チーズ 塩 ケチャップ 油	牛乳 チュロス 米粉 ココア粉 メープル 油 片栗粉 ベーキングパウダー 塩	麦茶 ごへいもち 精白米 もち米 味噌 みりん 三温糖 白煎りごま	牛乳 バナナマフィン 米粉 片栗粉 油 三温糖 ベーキングパウダー バナナ 豆乳	牛乳 きなこ揚げパン コッペパン 油 三温糖 きな粉 塩