

月	朝おやつ 牛乳 マシュマロ	火	朝おやつ 牛乳 小魚せんべい	水	朝おやつ 牛乳 ミルクチップ	木	朝おやつ 牛乳 とっとちゃんせんべい	金	朝おやつ 牛乳 レモンラムネ	土	朝おやつ 牛乳 ビスケット
										1 ツナチャーハン 精白米 ツナ油漬 ホールコーン 長ねぎ ごま油 塩 鶏がら ワントンスープ ワントンの皮 鶏こま肉 えのき 小松菜 玉ねぎ 鶏がら 煮干し 醤油 ごま油 バナナ	
										牛乳 シュガーバタートースト 食パン 三温糖 有塩バター	
3 【節分メニュー】 豚肉の塩だれ丼 精白米 豚こま肉 玉ねぎ 長ねぎ きゃべつ にんにく しょうが 鶏がら 塩 油 ごま油 片栗粉 大豆といわしの甘辛煮 蒸し大豆 かたくちいわし 三温糖 醤油 片栗粉 油 白煎りごま すまし汁 えのき わかめ 煮干し 花鰹 醤油 塩	4 ご飯 ハンバーグ 豚ひき肉 玉ねぎ 牛乳 塩 油 ケチャップ ソース 三温糖 ほうれん草とちくわのゴママヨ和え ほうれん草 ちくわ もやし マヨドレ 醤油 白煎りごま きゃべつのスープ きゃべつ 人参 えのき 鶏がら 煮干し 塩	5 【お誕生日会】 キーマカレー 精白米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルギー不使用ルー チーズのサラダ きゃべつ きゅうり 人参 サラダチーズ 油 酢 塩 バナナ	6 ご飯 鯖の塩焼き 鯖 塩 さつま揚げの煮物 大根 人参 さつま揚げ 油 煮干し 三温糖 醤油 みそ汁 白菜 しめじ 煮干し 味噌	7 酵母ロール バーベキューチキン 鶏もも肉 にんにく ケチャップ ソース 三温糖 ほうれん草とコーンのソテイ ほうれん草 もやし ホールコーン 油 塩 かぶとベーコンのスープ かぶ ベーコン 人参 鶏がら 煮干し 塩	8 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 きゃべつ にら ホールコーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター みかん缶						
きなこプリン 牛乳 アガー 三温糖 きな粉	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 ロールケーキ 米粉 ココア粉 油 ベーキングパウダー 木綿豆腐 生クリーム いちごジャム 三温糖	牛乳 さつまいもようかん さつまいも 三温糖 塩 水 アガー	麦茶 ソース焼きそば 蒸し中華麺 豚こま肉 きゃべつ もやし 油 ソース 醤油	牛乳 ツナ昆布おにぎり 精白米 ツナ油漬 塩昆布 塩						
10 ご飯 ポークチャップ 豚こま肉 玉ねぎ しめじ 人参 ソース ケチャップ 酒 バセリ 油 こふきいも じゃがいも 塩 バセリ みそ汁 わかめ 長ねぎ 大根 煮干し 味噌	11	12 ご飯 鯖の照り焼き 鯖 みりん 醤油 ふろふき大根の肉みそあんかけ 大根 豚ひき肉 花鰹 三温糖 味噌 酒 みりん 醤油 すまし汁 ほうれん草 えのき かまぼこ 煮干し 醤油 塩 花鰹	13 マーボー豆腐丼 精白米 木綿豆腐 豚ひき肉 干し椎茸 長ねぎ にら にんにく しょうが 油 三温糖 醤油 味噌 ごま油 片栗粉 三色ナムル ほうれん草 人参 もやし 白煎りごま 醤油 三温糖 酢 ごま油 はるさめスープ はるさめ しめじ 小松菜 鶏がら 煮干し 醤油 塩	14 ご飯 鶏肉の塩麹焼き 鶏もも肉 塩麹 水 かぼちゃのマヨ和え かぼちゃ きゅうり きゃべつ ハム マヨドレ 塩 みそ汁 かぶ 油揚げ 煮干し 味噌	15 ツナチャーハン 精白米 ツナ油漬 ホールコーン 長ねぎ ごま油 塩 鶏がら ワントンスープ ワントンの皮 鶏こま肉 えのき 小松菜 玉ねぎ 鶏がら 煮干し 醤油 ごま油 バナナ						
牛乳 りんごとメープルのケーキ 米粉 りんごジャム 三温糖 油 水 ケーキシロップ ベーキングパウダー		麦茶 イタリアンボンデケージョ 白玉粉 トマトジュース 粉チーズ バセリ ダイスチーズ 油 三温糖	フルーツヨーグルト和え 無糖ヨーグルト もも缶 三温糖	牛乳 おいもトリュフ さつまいも ココア粉 メープル 牛乳	牛乳 シュガーバタートースト 食パン 三温糖 有塩バター						
17 豚肉の塩だれ丼 精白米 豚こま肉 玉ねぎ 長ねぎ きゃべつ にんにく しょうが 鶏がら 塩 油 ごま油 片栗粉 大豆といわしの甘辛煮 蒸し大豆 かたくちいわし 三温糖 醤油 片栗粉 油 白煎りごま すまし汁 えのき わかめ 煮干し 花鰹 醤油 塩	18 ご飯 ハンバーグ 豚ひき肉 玉ねぎ 牛乳 塩 油 ケチャップ ソース 三温糖 ほうれん草とちくわのゴママヨ和え ほうれん草 ちくわ もやし マヨドレ 醤油 白煎りごま きゃべつのスープ きゃべつ 人参 えのき 鶏がら 煮干し 塩	19 キーマカレー 精白米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 鶏がら にんにく しょうが 油 塩 アレルギー不使用ルー チーズのサラダ きゃべつ きゅうり 人参 サラダチーズ 油 酢 塩	20 ご飯 鯖の塩焼き 鯖 塩 さつま揚げの煮物 大根 人参 さつま揚げ 油 煮干し 三温糖 醤油 みそ汁 白菜 しめじ 煮干し 味噌	21 酵母ロール バーベキューチキン 鶏もも肉 にんにく ケチャップ ソース 三温糖 ほうれん草とコーンのソテイ ほうれん草 もやし ホールコーン 油 塩 かぶとベーコンのスープ かぶ ベーコン 人参 鶏がら 煮干し 塩	22 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 きゃべつ にら ホールコーン 鶏がら 煮干し 味噌 醤油 三温糖 有塩バター みかん缶						
きなこプリン 牛乳 アガー 三温糖 きな粉	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 米粉と豆腐のブラウニー 米粉 木綿豆腐 片栗粉 ベーキングパウダー ココア粉 油三温糖	牛乳 さつまいもようかん さつまいも 三温糖 塩 水 アガー	麦茶 ソース焼きそば 蒸し中華麺 豚こま肉 きゃべつ もやし 油 ソース 醤油	牛乳 ツナ昆布おにぎり 精白米 ツナ油漬 塩昆布 塩						
24	25 ご飯 ポークチャップ 豚こま肉 玉ねぎ しめじ 人参 ソース ケチャップ 酒 バセリ 油 こふきいも じゃがいも 塩 バセリ みそ汁 わかめ 長ねぎ 大根 煮干し 味噌	26 ご飯 鯖の照り焼き 鯖 みりん 醤油 ふろふき大根の肉みそあんかけ 大根 豚ひき肉 花鰹 三温糖 味噌 酒 みりん 醤油 すまし汁 ほうれん草 えのき かまぼこ 煮干し 醤油 塩 花鰹	27 マーボー豆腐丼 精白米 木綿豆腐 豚ひき肉 干し椎茸 長ねぎ にら にんにく しょうが 油 三温糖 醤油 味噌 ごま油 片栗粉 三色ナムル ほうれん草 人参 もやし 白煎りごま 醤油 三温糖 酢 ごま油 はるさめスープ はるさめ しめじ 小松菜 鶏がら 煮干し 醤油 塩	28 ご飯 鶏肉の塩麹焼き 鶏もも肉 塩麹 水 かぼちゃのマヨ和え かぼちゃ きゅうり きゃべつ ハム マヨドレ 塩 みそ汁 かぶ 油揚げ 煮干し 味噌							
	牛乳 りんごとメープルのケーキ 米粉 りんごジャム 三温糖 油 水 ケーキシロップ ベーキングパウダー	麦茶 イタリアンボンデケージョ 白玉粉 トマトジュース 粉チーズ バセリ ダイスチーズ 油 三温糖	フルーツヨーグルト和え 無糖ヨーグルト もも缶 三温糖	牛乳 おいもトリュフ さつまいも ココア粉 メープル 牛乳							