

1 月 献 立 表

日	4 日(月)	5 日(火)	6 日(水)	7 日(木)	8 日(金)	9 日(土)
献立	ふりかけごはん 高野豆腐の卵とじ みそ汁	カレーライス ゆで卵と 野菜サラダ フルーツ	チーズバーガー かぼちゃの ポターージュ フルーツ	七草がゆ 肉じゃが ほうれん草の ごま和え	ごはん さばの竜田揚げ 蒸し野菜 かき玉汁	ツナの 和風スパゲティ コンソメスープ フルーツ
おやつ	牛乳 みかんオムレット	牛乳 菓子 小魚	牛乳 たこ焼き	牛乳 もちもちチーズパン	牛乳 芋ぜんざい	牛乳 菓子
材	米・大麦・ひじき ごま・平天・ちくわ 高野豆腐・人参 玉ねぎ・じゃがいも グリーンピース・卵 大根・わかめ 麩・いりこ	米・牛肉 じゃがいも・人参 カレーウ・玉ねぎ スキムミルク 卵・きゅうり・ハム コーン・ちくわ トマト・レタス フルーツ	バーガーパン 合挽ミンチ・人参 玉ねぎ・卵・パン粉 チーズ・レタス ひじき・スキムミルク 鶏肉・ちくわ 人参・じゃがいも 牛肉・玉ねぎ バター・小麦粉 フルーツ	米・せり・なすな ごきょう・はこべら ほとけのぎ・すずな すずしろ・卵・小松菜 鶏肉・ちくわ 人参・じゃがいも 牛肉・玉ねぎ ほうれん草・ごま	米 さば・しょうが キャベツ・人参 ブロッコリー トマト しめじ・麩 卵・みつば	スパゲティ シーチキン 玉ねぎ・人参 ブロッコリー じゃがいも いんげん豆 フルーツ
料	牛乳 ミックス粉・みかん缶 ホイップクリーム 卵・スキムミルク	牛乳 菓子 小魚	牛乳 たこ・卵・天かす かつおの粉 小麦粉・ねぎ	牛乳 白玉粉・ミックス粉 粉チーズ・黒ごま	牛乳 砂糖・小豆 さつまいも	牛乳 菓子
日	12 日(火)	13 日(水)	14 日(木)	15 日(金)	16 日(土)	18 日(月)
献立	ごはん 豚肉の四川風 中華スープ	サンドウィッチ コンソメスープ フルーツ	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 豚汁	ごはん 卵入りコロケ 蒸し野菜 みそ汁	にゅうめん じゃがいもの みそ和え フルーツ	ごはん 肉みそ豆腐 しらすと きゅうりの酢の物
おやつ	飲むヨーグルト 菓子 小魚	牛乳 五平もち	牛乳 ガトーオー シトロンアナナ	牛乳 コーンフレックボール	牛乳 菓子	牛乳 菓子 小魚
材	米・豚肉・人参 キャベツ・もやし にんにく・ごま わかめ・卵 干しいたけ ねぎ	食パン・マーガリン いちごジャム・卵 きゅうり・玉ねぎ 人参・シーチキン マヨネーズ 小松菜 干しいたけ フルーツ	米・鮭 キャベツ・玉ねぎ 人参・しめじ ねぎ 豚肉・小芋 網厚揚げ・もやし	米・じゃがいも 合挽ミンチ・玉ねぎ 人参・卵・パン粉 小麦粉・マヨネーズ キャベツ・トマト ブロッコリー 大根・うす揚げ・麩 ねぎ・いりこ	半田麺・鶏肉・人参 ちくわ・ねぎ 干しいたけ じゃがいも・ごま いんげん豆 フルーツ	米・豚ミンチ 豆腐・ねぎ しらす・わかめ きゅうり・トマト
料	飲むヨーグルト 菓子 小魚	牛乳 米・もち米 ごま・砂糖・青のり	牛乳 小麦粉・バター・卵 レモン・バイン缶 砂糖・アーモンド粉 いちごジャム	牛乳・小麦粉・卵 バター・レーズン 砂糖・スキムミルク コーンフレック	牛乳 菓子	牛乳 菓子 小魚
日	19 日(火)	20 日(水)	21 日(木)	22 日(金)	23 日(土)	
献立	愛情弁当の日	卵とハムの ロールパン ミネストローネ フルーツ	ごはん 鮭のポテト焼き 切り干しナポリタン みそ汁	パースデーランチ チキンライス マカロニサラダ キャベツのペーコンスープ フルーツ	煮込みうどん チンゲン菜の おかか和え フルーツ	
おやつ	カルピス チーズケーキ	牛乳 芋だんご	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 シリアルクリスピー	牛乳 菓子	
材	カルピス・砂糖 クリームチーズ 小麦粉・バター 卵・生クリーム ビスケット・レモン	ロールパン・卵・ハム レタス・マーガリン いちごジャム マヨネーズ・人参 キャベツ・玉ねぎ トマト・スパゲティ いんげん豆 フルーツ	米・鮭・バター じゃがいも・牛乳 青のり・スキムミルク ブロッコリー・玉ねぎ 豚肉・切干大根・人参 トマト缶・えのき ピーマン・網厚揚げ 白菜・ねぎ・いりこ	米・大麦・鶏肉・玉ねぎ・人参・バター グリーンピース・マッシュルーム 合挽ミンチ・卵・パン粉・スキムミルク ひじき・マカロニ・きゅうり・コーン ちくわ・トマト・マヨネーズ・ハム キャベツ・ペーコン・いんげん豆 フルーツ	うどん・鶏肉 人参・ちくわ うす揚げ・ねぎ チンゲン菜・もやし かつお節 フルーツ	牛乳 菓子
料	牛乳 さつまいも・砂糖 もち米・大麦 きな粉	牛乳 バナナ・りんご みかん缶・バイン缶 ヨーグルト・砂糖	牛乳 コーンフレック マシュマロ バター			

日	25 日(月)	26 日(火)	27 日(水)	28 日(木)	29 日(金)	30 日(土)
献立	ごはん さばの塩焼き 五色和え かき玉汁	ごはん 八宝菜 春雨サラダ	フィッシュドッグ コンソメスープ フルーツ	ごはん 筑前煮 みそ汁	ごはん 白身魚の甘酢あん 蒸し野菜 みそ汁	焼きビーフン 中華スープ フルーツ
おやつ	牛乳 フレンチトースト	飲むヨーグルト 菓子 小魚	牛乳 鯛焼き	牛乳 あべかわだんご	牛乳 カスタードパフェ	牛乳 菓子
材	米・さば もやし・人参 小松菜・しめじ コーン・かつお節 わかめ・麩 卵・みつば	米・えび 豚肉・たけのこ 玉ねぎ・ピーマン 人参・白菜 干しいたけ 春雨・きゅうり ハム・ちくわ トマト・卵	ドッグパン さくら・レタス 小麦粉・パン粉 卵・カレー粉 チンゲン菜・人参 玉ねぎ フルーツ	米・鶏肉・ごぼう 人参・たけのこ 小芋・いんげん豆 れんこん・ちくわ 干しいたけ 豆腐・うす揚げ 玉ねぎ・わかめ ねぎ・いりこ	米・メルルーサ 玉ねぎ・人参 いんげん豆 干しいたけ キャベツ・トマト ブロッコリー じゃがいも・わかめ ねぎ・いりこ	ビーフン・豚肉 キャベツ 人参・玉ねぎ ピーマン 干しいたけ ねぎ・わかめ フルーツ
料	牛乳 食パン・砂糖・卵 シナモン・マーガリン スキムミルク	飲むヨーグルト 菓子 小魚	牛乳 ミックス粉・卵 小豆・砂糖	牛乳 みかん缶・ビスケット 卵黄・コーンフレック チョコスプレー ホイップクリーム	牛乳 菓子	牛乳 菓子



- ◎ 今月の季節の料理は七草がゆ、豚汁、おやつは芋ぜんざいです。
- ◎ 0 歳児については、月齢に応じて離乳食をいたします。
また、だんごは年齢に応じて菓子等、食べ易いものに変更して提供する場合があります。
- ◎ 病原性大腸菌 (O-157) による集団食中毒の発生などの状況に留意しながら
時に献立を変更する場合があります。
- ◎ アレルギー除去食等で気になる事がありましたらお知らせ下さい。