

# 1 月 献 立 表

日	4 日(火)	5 日(水)	6 日(木)	7 日(金)	8 日(土)	11 日(火)	
献立	ふりかけごはん 高野豆腐の卵とじ みそ汁	チーズバーガー ミネストローネ フルーツ	ごはん さわらの マヨみそ焼き 五色和え かき玉汁	七草がゆ 肉じゃが ほうれん草の ごま和え	ナポリタン スパゲティ コンソメスープ フルーツ	ごはん 豆腐入り松風焼き 二色きんぴら すまし汁	
おやつ	牛乳 菓子 小魚	牛乳 芋もち	牛乳 チヂミ	牛乳 もちもちチーズパン	牛乳 菓子	牛乳 芋ぜんざい	
材 料	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	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 キャベツ・スパゲティ トマト・いんげん豆 フルーツ	米・さわら・ねぎ ごま・マヨネーズ 小松菜・人参 しめじ・もやし コーン・かつお節 わかめ・麩 卵・みつば	米・せり・なすな ごぎょう・はこべら ほとけのざ・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	スパゲティ 豚肉・ピーマン パン粉・ひじき じゃがいも・人参 いんげん豆 フルーツ	米・豚ミンチ・卵 ねぎ・玉ねぎ・豆腐 パン粉・ひじき ごま・スキムミルク 人参・ピーマン 糸こんにゃく えのき・わかめ 麩・みつば	牛乳 菓子 小魚
日	12 日(水)	13 日(木)	14 日(金)	15 日(土)	17 日(月)	18 日(火)	
献立	サンドウィッチ コンソメスープ フルーツ	ツナピラフ スパニッシュオムレツ ブロッコリーの和え物 コンソメスープ	ごはん 白身魚の エスカバッシュ 蒸し野菜 みそ汁	煮込みうどん チンゲン菜の おかか和え フルーツ	ごはん 豚肉の四川風 中華スープ	愛情弁当の日	
おやつ	牛乳 枝豆おにぎり	飲むヨーグルト 菓子 小魚	牛乳 カスタードパフェ	牛乳 菓子	牛乳 フレンチトースト	カルピス チーズケーキ	
材 料	食パン・マーガリン いちごジャム・卵 きゅうり・玉ねぎ 人参・ツナ缶 マヨネーズ キャベツ・いんげん豆 干ししいたけ フルーツ	米・ツナ缶・玉ねぎ 小麦粉・パン粉 バター・じゃがいも 卵・ウインナー ほうれん草 ブロッコリー マヨネーズ 白菜・干ししいたけ	米・メルルーサ・卵 小麦粉・パン粉 玉ねぎ・人参 マヨネーズ キャベツ・トマト ブロッコリー しめじ・麩・わかめ ねぎ・いりこ	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	米・豚肉・人参 キャベツ・もやし にんにく・ごま わかめ・卵 干ししいたけ ねぎ	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	牛乳 米・枝豆 しらす・ごま
日	19 日(水)	20 日(木)	21 日(金)	22 日(土)	24 日(月)		
献立	卵とハムの ロールパン クリームシチュー フルーツ	ごはん 白身魚の カレーあんかけ けんちん汁	パースデーランチ エビピラフ マカロニサラダ フルーツ	ツナの 和風スパゲティ コンソメスープ フルーツ	ひじきごはん いり豆腐 みそ汁		
おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 菓子 小魚	牛乳 菓子	牛乳 ウインナーフリッター		
材 料	ロールパン・卵・ハム レタス・マヨネーズ いちごジャム マーガリン・じゃがいも 鶏肉・玉ねぎ・バター 牛乳・小麦粉 グリーンピース スキムミルク・フルーツ	米・たら チンゲン菜 人参・玉ねぎ 干ししいたけ カレー粉・ねぎ 豆腐・小芋・大根 ごぼう・うす揚げ	米・大麦・えび・玉ねぎ・マッシュルーム 人参・グリーンピース・バター・鶏肉 マカロニ・ハム・きゅうり・コーン マヨネーズ・トマト・ちくわ キャベツ・干ししいたけ・いんげん豆 フルーツ	スパゲティ ツナ缶 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	米・大麦・ひじき うす揚げ・ちくわ 人参・豆腐 鶏ミンチ・卵 ブロッコリー グリーンピース じゃがいも・玉ねぎ わかめ・ねぎ いりこ	牛乳 魚肉ソーセージ ミックス粉	

日	25 日(火)	26 日(水)	27 日(木)	28 日(金)	29 日(土)	31 日(月)	
献立	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き かき玉汁	フィッシュドッグ コンソメスープ フルーツ	カレーライス ひじきサラダ フルーツ	ごはん さばの竜田揚げ 蒸し野菜 みそ汁	パンとフルーツを 持って帰ります	ごはん 肉みそ豆腐 ハムと 大根のサラダ	
おやつ	牛乳 菓子 小魚	牛乳 芋だんご	牛乳 ホットケーキ	飲むヨーグルト 人参ケーキ		牛乳 じゃこ&きなこトースト	
材 料	米・鮭 キャベツ・玉ねぎ 人参・しめじ・ねぎ わかめ・麩 卵・みつば	ドッグパン さわら・レタス 小麦粉・パン粉 卵・カレー粉 人参・ピーマン 小松菜・玉ねぎ 糸こんにゃく 人参・干ししいたけ フルーツ	米・人参 牛肉・じゃがいも カレールー・玉ねぎ スキムミルク いんげん豆・ごま ひじき・コーン ツナ缶 フルーツ	米・さば しょうが・人参 キャベツ・トマト ブロッコリー 大根・うす揚げ 玉ねぎ・麩 ねぎ・いりこ	飲むヨーグルト 小麦粉・バター 人参・砂糖・卵 アーモンド粉		米・牛ミンチ 豆腐・ねぎ しょうが 大根・ハム 人参・コーン
おやつ	牛乳 菓子 小魚	牛乳 さつまいも・大麦 もち米・砂糖 きな粉	牛乳 ミックス粉・卵 マーガリン・砂糖 スキムミルク	飲むヨーグルト 小麦粉・バター 人参・砂糖・卵 アーモンド粉		牛乳 食パン・しらす マヨネーズ・青のり きな粉・砂糖 マーガリン	



- ◎ 今月の季節の料理は七草がゆ、クリームシチュー、ハムと大根のサラダ  
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(0-157)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。