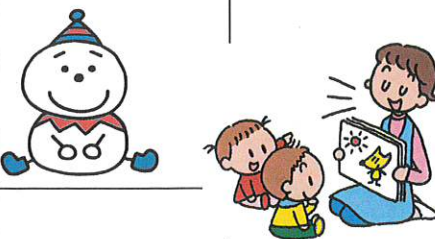




月	火	水	木	金	土
		1日 ポークジンジャー 豚肉・生姜・りんご・しょうゆ・みりん・油 根菜のバルサミコ炒め ごぼう・れんこん・玉ねぎ・三温糖 バルサミコ酢・しょうゆ・油 ごま和え キャベツ・ブロッコリー・人参・ごま・ねりごま・しょうゆ スープ かぼちゃ・ほうれん草・ベーコン・しょうゆ・塩・コンソメ	2日 タンドリーチキン 鶏手羽元・塩麹・ケチャップ・豆乳・みりん・しょうゆ・カレー粉・オリーブ油 里芋のきのこあん 里芋・しめじ・えのき・みりん・しょうゆ・片栗粉 レモンサラダ テンゲン菜・大根・人参・オリーブ油・しょうゆ・レモン果汁・塩 みそ汁 油揚げ・玉ねぎ・しる菜・みそ	3日 節分 巻き寿司 豚ミンチ・煙草・もやし・人参・三温糖・しょうゆ・塩・ごま油・焼のり・七分付米 いわしのかば焼き 開きいわし・しょうゆ・みりん・片栗粉 梅和え レタス・春菊・カリフラワー・人参・玉ねぎ・梅肉・三温糖・しょうゆ 清汁 豆腐・かぶ・かぶの葉・しょうゆ・塩	4日 甘みそ炒め丼 豚肉・玉ねぎ・白菜・人参・ねぎ・しょうゆ・みりん・酒・芥みそ・ごま油・片栗粉・七分付米
			ボンデケーキ みかん 牛乳 白玉粉・塩・チーズ・油・豆乳	おにぎり りんご 牛乳 ちりめんじゃこ・水菜・しょうゆ・塩・ごま油・七分付米	鬼蒸しパン 牛乳 さつまいも・小麦粉・米粉・BP・三温糖・豆乳
6日 ひじきごはん ひじき・しめじ・人参・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉の黒酢焼き 鶏もも肉・三温糖・しょうゆ・黒酢 ツナ和え ほうれん草・さつまいも・パプリカ・ツナ・しょうゆ・三温糖 清汁 ごぼう・玉ねぎ・わかめ・しょうゆ・塩 ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・ジャム・スキムミルク	7日 豚肉の角煮風 豚肉・酒・しょうゆ・三温糖 サツと煮 白菜・エリンギ・人参・みりん・しょうゆ・片栗粉 味噌風味和え 小松菜・もやし・玉ねぎ・かぼちゃ・白みそ・三温糖・しょうゆ スープ 鮭・テンゲン菜・にら・しょうゆ・塩・コンソメ	8日 煮魚 白身魚・生姜・酒・三温糖・しょうゆ・片栗粉 ベーコン炒め カリフラワー・玉ねぎ・ベーコン・しょうゆ・みりん・油 ポン酢サラダ キャベツ・レタス・人参・かぼす果汁・しょうゆ みそ汁 大根・じゃがいも・ねぎ・みそ	9日 豆腐のミートソースかけ 木綿豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・ホールトマト・塩・ケチャップ・油・片栗粉 長いも煮 長いも・しょうゆ・三温糖 中華和え テンゲン菜・れんこん・人参・しょうゆ・ごま油・三温糖 清汁 煙草・しめじ・白ねぎ・しょうゆ・塩	10日 チキンカツ 鶏もも肉・塩麹・みりん・しょうゆ・パン粉・油 ソテー ほうれん草・パプリカ・金時豆・しょうゆ・油・三温糖・塩 スパゲティサラダ スパゲティ・しる菜・人参・ブロッコリー・塩・マヨネーズ みそ汁 里芋・レタス・水菜・みそ	11日 建国記念の日 
13日 中華飯飯 豚ミンチ・小松菜・生姜・玉ねぎ・酒・塩・しょうゆ・油 鶏肉のレモンしょうゆ焼き 鶏もも肉・みりん・三温糖・酒・しょうゆ・レモン果汁・片栗粉・オリーブ油 チョレギサラダ風 テンゲン菜・人参・ごぼう・しょうゆ・焼きのり・ごま油 清汁 じゃがいも・えのき・豆腐・しょうゆ・塩	14日 鯖の南部焼き 鯖・酒・みりん・しょうゆ・黒ごま・白ごま 厚揚げの煮物 厚揚げ・三度豆・三温糖・しょうゆ・塩 カレーサラダ ほうれん草・白菜・人参・マヨネーズ・カレー粉・塩 みそ汁 煙草・もやし・みずく・みそ	15日 すきやき風煮 豚肉・白ねぎ・糸こんにゃく・酒・みりん・三温糖・しょうゆ あらめ煮 あらめ・エリンギ・人参・三温糖・しょうゆ しらす和え 小松菜・かぶ・パプリカ・しょうゆ・ちりめんじゃこ スープ れんこん・玉ねぎ・三度豆・しょうゆ・塩・コンソメ	16日 のり塩つくね 鶏ミンチ・酒・青のり・塩・油・片栗粉・しょうゆ 切干ナポリタン 切干大根・ベーコン・玉ねぎ・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・油 かつお和え しる菜・もやし・しめじ・人参・かつお・しょうゆ みそ汁 かぼちゃ・テンゲン菜・とろろ昆布・みそ	17日 鯖のもみじ焼き 鯖・塩麹・酒・しょうゆ・マヨネーズ・人参 粉ふき芋 じゃがいも・塩・パセリ粉 キャベツとりんごのサラダ キャベツ・水菜・りんご・酢・オリーブ油・塩 清汁 豆腐・なめこ・ねぎ・しょうゆ・塩	18日 けんちんうどん 豚肉・大根・人参・ほうれん草・乾麺・塩麹・三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油
20日 炊き込みごはん ごぼう・人参・しめじ・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉の梅焼き 鶏もも肉・みりん・しょうゆ・三温糖・梅肉 マヨしょうゆ和え じゃがいも・小松菜・人参・マヨネーズ・しょうゆ 清汁 鮭・しる菜・もやし・しょうゆ・塩	21日 白身魚の酒蒸しあんかけ 白身魚・酒・塩麹・人参・玉ねぎ・三度豆・しょうゆ・塩・片栗粉 れんこんきんぴら れんこん・ブロッコリー・豚ミンチ肉・みりん・しょうゆ・三温糖・油・片栗粉 マリネ テンゲン菜・大根・パプリカ・しょうゆ・三温糖・すし酢・酢・オリーブ油 スープ 長芋・キャベツ・水菜・しょうゆ・塩・コンソメ	22日 豚肉の韓国風炒め 豚肉・玉ねぎ・もやし・にら・生姜・酒・三温糖・しょうゆ・ごま油 かぼちゃ焼き かぼちゃ・しょうゆ・三温糖・油 なめたけ和え 白菜・人参・煙草・昆布・えのき・みりん・しょうゆ みそ汁 菜の花・レタス・人参・みそ	23日 天皇誕生日 おにぎり りんご 牛乳 梅肉・塩・ごま・七分付米 	24日 お誕生会 おすし かんぴょう・高野豆腐・人参・ちりめんじゃこ・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢・七分付米 タルタルサーモン 鮭・玉ねぎ・パセリ・生姜・みりん・マヨネーズ・しょうゆ・塩・片栗粉 ナムル ほうれん草・キャベツ・コーン・人参・しょうゆ・塩・ごま油 かす汁 豚肉・かぶ・ごぼう・ねぎ・酒粕・みそ	25日 麻婆豆腐丼 豚ミンチ・豆腐・小松菜・人参・エリンギ・しょうゆ・三温糖・赤みそ・みそ・片栗粉・油・七分付米
27日 黒豆ごはん 黒豆・人参・油揚げ・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉の竜田焼き 鶏もも肉・塩麹・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉 甘酢和え しる菜・れんこん・もやし・しょうゆ・すし酢・酢・三温糖・油 清汁 里芋・テンゲン菜・しめじ・しょうゆ・塩	28日 豚肉のどて煮風 豚肉・つきこんにゃく・塩麹・酒・みりん・三温糖・しょうゆ・油 さつまいものシナモン焼き さつまいも・しょうゆ・シナモン・油 ゆかり和え キャベツ・玉ねぎ・春菊・ゆかり粉・しょうゆ みそ汁 大根・ほうれん草・人参・みそ	おにぎり りんご 牛乳 あおのり・塩 			
キャロットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・スキムミルク・人参	コーンマヨパン 牛乳 食パン・コーン・パセリ粉・マヨネーズ				

乳児の朝おやつ 主食 七分付米	月～金 牛乳
--------------------	--------

※材料の都合により献立の変更もあります