

★

	2月	3火	4水	5木	6金	7土	8日	9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日
	■ごはん 米 ■たらこの煮付け たらこ しょうゆ ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ■ま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ にんじん ポロコリー トマト缶 ブイヨン さとう ■キャノーラ油 ■プロッコリーの和え物 プロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■きつねうどん ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 ぶたにく たまねぎ にんじん ポロコリー トマト缶 ブイヨン さとう ■キャノーラ油 ■オクラのツナ和え おくら にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■みそうどん うどん たまねぎ にんじん 青ねぎ みそ 削りぶし ■昆布 だし ■金平ごぼう ごぼう ごま油 濃口しょうゆ さとう	■ドライカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン 赤黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 ■お粉 カレーライス スパゲティ パスタ にんじん マヨネーズ ■スープ ■パン ■ヨーグルト ■お茶	■豚丼 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	スポーツの日 		■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらぎ 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■すまし汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■きつねうどん うどん あぶらぎ 濃口しょうゆ さとう ■わかめ ■キャノーラ油 ■カレーウ ■ブイヨン ■コンソメ ■コーン ■たまねぎ ■きゅうり ■マヨネーズ	■ポーカレー 米 ぶたにく たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ ブイヨン ■コンソメ ■コーン ■たまねぎ ■きゅうり ■マヨネーズ	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 系こんにやく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ さとう ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん コンソメ ■キャノーラ油 ■ブイヨン ■コンソメ ■コーン ■たまねぎ ■きゅうり ■マヨネーズ
10時	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶			■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶
3時	■高野豆腐のココアトースト 高野豆腐 ココア 牛乳 ■牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■おかかおにぎり おかか おにぎり 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳		■ブルーベリージャムサンド ブルーベリージャム ■牛乳	■セサミクッキー こめ粉 セサミ 黒ゴマ マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳	■ゆかりおにぎり ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳	■クラッカー・ジャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳	■クラッカー・ジャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳
	17火	18水	19木	20金	21土	22日	23月	24火	25水	26木	27金	28土	29日	30月
	■ごはん 米 ■豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ぶたにく たまねぎ にんじん 系こんにやく さとう 濃口しょうゆ ■インゲンのおかか和え さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■栗ごはん 米 栗 だしの昆布 ■さわらの西京焼き さわら おろし 甘みそ さとう ■春雨の酢の物 春雨 はるさめ きゅうり にんじん 殺菌酢 さとう ■すまし汁 とろろ さとう 濃口しょうゆ みりん だし ■昆布 削りぶし	■ナポリタン スパゲティ ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン さとう ■キャノーラ油 ■ミニボート だいこん ブロッコリー にんじん ウィンナー ブイヨン しお	■チキンカツカレー 米 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 ブイヨン とりにく しお だいこん かたくり粉 こめ粉 ■キャノーラ油 ■コーンスローサラダ きゅうり にんじん コンソメ マヨネーズ	■麻婆丼 米 とろろ ひき肉 たまねぎ にんじん 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■プロッコリーの中華和え プロッコリー にんじん ごま油 殺菌酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ	お弁当の日 		■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 系こんにやく さとう 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう ■大根サラダ だいこん ごま油 にんじん 殺菌酢 さとう 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■すまし汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■やしそば 小麦中華めん ぶたにく たまねぎ きゅうり 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつお節 ■臭だくさん味噌汁 臭だくさん だいこん にんじん あぶらぎ 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■キーマカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん さいやいんげん キャノーラ油 カレーウ ブイヨン ■プロッコリーのサラダ プロッコリー たまねぎ ツナ水煮 マヨネーズ	■豚肉の生姜焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう ■しょうが キャノーラ油 ■インゲンの和え物 さいやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば ■秋鮭 しほ ■がんもどき ■きんぴら きんぴら 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 ■あぶらぎ ■みそだれ ■昆布 削りぶし	■☆ハロウィン献立☆ ■焼き込みピザ 米 ツナ水煮 ブイヨン しお にんじん コンソメ たまねぎ マーガリン バター ■豆腐ハンバーグ 豆腐 ケチャップ ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ プロッコリー にんじん ブイヨン しお
10時	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶			■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ 千層餅 ■お茶 ほうじ茶
3時	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■しお ■牛乳	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳		■ボン・マッシュマロ ボン・マッシュマロ ■牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳	■菜めし 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳	■お菓子のラスク		