

★

[illegible]

	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土
	■ごはん 米 ■豚肉のボン酢炒め ぶたにく たまねぎ きゅうべつ にんじん だいこん ポンス さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切中だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ばさ かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ ■煮りん風 にんじん あぶらあげ きぬさや 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ ■みどろ えのき きゅう みそ だし昆布 削りぶし	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし カットわかめ 青ねぎ さとう ■削りぶし だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ ■煮りん風 にんじん あぶらあげ きぬさや 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ ■みどろ えのき きゅう みそ だし昆布 削りぶし	■ドライカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン トマト缶 クチャップ キャノーラ油 ■カレー粉 パセリ ■コールスロ きゅうべつ にんじん こま ■スープ たまねぎ ブイヨン しお	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■小松菜の和え物 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 にんじん はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■★冬至献立★ ■ごはん 米 ■たら しょうが しょうが 濃口しょうゆ さとう ■南瓜の煮物 なます きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう ■すまし汁 にんじん はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん きゅうべつ にんじん だいこん ポンス さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切中だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■★クリスマス献立★ ■洋風ビラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん きゅうべつ にんじん だいこん ポンス さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切中だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく たまねぎ きゅうべつ にんじん きゅうべつ にんじん だいこん ポンス さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切中だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん きゅうべつ にんじん だいこん ポンス さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切中だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■削りぶし みょうろ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■中華丼 米 ぶたにく たまねぎ はくさい にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■フロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	
												
10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■クリスマスケーキ ホットケーキミックス メープルシロップ ベーキングパウダー さとう とうとう キャノーラ油 豆乳ホイップ さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶 ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶 ■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳
3時												