



令和3年

※ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者) 栄養士

日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ		おもな材料(昼食)																																																																	
		午前(1・2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり			午前(1・2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり																																																															
1	水	お弁当会					16	木	ごはん(強化米) さんまのかば焼き 八宝菜 みそ汁 みかん	バナナ 芋スティック お茶	さんま開き 豚もも肉 わかめ ◇油揚げ	精白米 さつま芋	赤ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草、人参、しめじ、洋梨	17	金	豚肉ピビンパ ポテトサラダ すまし汁 りんご	胚芽クラッカー キャロットサンド ミルク	豚薄切り肉 ツナ缶 ◇絹ごし豆腐 ツナ缶	精白米 じゃが芋	Hコーン缶、小松菜、もやし、人参、きゅうり、しめじ、りんご																																																								
2	木	ごはん(強化米) 豚肉のみそ焼き ほうれん草の白和え すまし汁 洋梨	バナナ ゴマクッキー ミルク	豚もも肉 干ひじき ◇豆腐 わかめ	精白米	赤ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草、人参、しめじ、洋梨	18	土	鮭レタスごはん ポイルウィンナー パンプキンサラダ コーンスープ バナナ	ウエハース メロンパン ミルク	※鮭フレーク ●ウィンナー	精白米 じゃが芋	人参、系こんにやく、もやし、ごぼう、玉ねぎ、みかん	19	日	麦ごはん(強化米) 納豆みそ 鮭のもみじ焼き しゃきしゃき炒め みそ汁 みかん	胚芽クラッカー 大学芋 お茶	豚ひき肉、◇ひきわり納豆、鮭、豚薄切り肉、●竹小町、わかめ、◇油揚げ	精白米 さつま芋	人参、系こんにやく、もやし、ごぼう、玉ねぎ、みかん	20	月	麦ごはん(強化米) 鶏のBBQソース マッシュポテト 切干大根のイリチー すまし汁 りんご	クラッカー ココア蒸しパン ミルク	鶏もも肉 豚肉 もずく(塩抜き)	精白米 じゃが芋	りんご、玉ねぎ、切干大根、かんぴょう、人参、系こんにやく、えのきたけ																																																	
3	金	麦ごはん(強化米) 納豆みそ 鮭のもみじ焼き しゃきしゃき炒め みそ汁 みかん	胚芽クラッカー 大学芋 お茶	豚ひき肉、◇ひきわり納豆、鮭、豚薄切り肉、●竹小町、わかめ、◇油揚げ	精白米 さつま芋	人参、系こんにやく、もやし、ごぼう、玉ねぎ、みかん	21	火	焼きそば マヨカレーポテト コーンスープ バナナ	ウエハース どら焼き ミルク	豚薄切り肉 ●竹小町(卵不使用) わかめ	▲焼きそばめん じゃが芋(蒸 or 茹)	人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、Hコーン缶、Cコーン缶、バナナ	22	水	焼きそば 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	23	木	スパゲティミートソース オーロラソースサラダ ポテトとベーコンのスープ パン	りんご 昆布おにぎり お茶	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ ●ベーコン(卵不使用)	▲スパゲティ じゃが芋 精白米	人参、玉ねぎ、マッシュルーム缶、トマト、セロリ、ピーマン、キャベツ、ほうれん草、Cコーン缶、パセリ、パイナップル	24	金	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	25	土	スパゲティミートソース オーロラソースサラダ ポテトとベーコンのスープ パン	りんご 昆布おにぎり お茶	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ ●ベーコン(卵不使用)	▲スパゲティ じゃが芋 精白米	人参、玉ねぎ、マッシュルーム缶、トマト、セロリ、ピーマン、キャベツ、ほうれん草、Cコーン缶、パセリ、パイナップル	26	日	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	27	月	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	28	火	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	29	水	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	30	木	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご
6	月	麦ごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん 大根のそぼろ煮 ブロッコリー すまし汁 りんご	クラッカー ちんびん ミルク	白身魚 豚ひき肉 もずく(塩抜き)	精白米	大根、人参、ブロッコリー(冷)、えのきたけ、りんご	21	火	焼きそば 魚のから揚げ ポイル野菜 すまし汁 パン	りんご ツナマヨおにぎり お茶	豚薄切り肉 赤魚(骨抜き) わかめ	▲焼きそばめん	キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、大根、しめじ、パイナップル	22	水	スパゲティミートソース オーロラソースサラダ ポテトとベーコンのスープ パン	りんご 昆布おにぎり お茶	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ ●ベーコン(卵不使用)	▲スパゲティ じゃが芋 精白米	人参、玉ねぎ、マッシュルーム缶、トマト、セロリ、ピーマン、キャベツ、ほうれん草、Cコーン缶、パセリ、パイナップル	23	木	★クリスマスランチ★ コーンピラフ ローストチキン ほうれん草のソテー コーンスープ フルーツ	バナナ クリスマスケーキ ミルク	ツナ缶 鶏肉	精白米	人参、玉ねぎ、ピーマン、Hコーン缶、ほうれん草、黄ピーマン、Cコーン缶、キャベツ、いちご、パイナップル	24	金	ごはん(強化米) 豚の角煮風 昆布イリチー くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 桃缶	バナナ いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ	精白米 じゃが芋	人参、玉ねぎ、Hコーン缶、GP、ピーマン、キャベツ、きゅうり、みつば、洋梨	25	土	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	26	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	27	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん
7	火	スパゲティミートソース オーロラソースサラダ ポテトとベーコンのスープ パン	りんご 昆布おにぎり お茶	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ ●ベーコン(卵不使用)	▲スパゲティ じゃが芋 精白米	人参、玉ねぎ、マッシュルーム缶、トマト、セロリ、ピーマン、キャベツ、ほうれん草、Cコーン缶、パセリ、パイナップル	22	水	トウジンジージュシー 西京焼き ごまかぼちゃ ゆし豆腐 みかん	チーズ コーンフレーク おこし ミルク	豚三枚肉 干ひじき 白身魚 ◇ゆし豆腐	精白米 里芋(冷凍)	玉ねぎ、人参、ニラ、かぼちゃ、みかん	23	木	★クリスマスランチ★ コーンピラフ ローストチキン ほうれん草のソテー コーンスープ フルーツ	バナナ クリスマスケーキ ミルク	ツナ缶 鶏肉	精白米	人参、玉ねぎ、ピーマン、Hコーン缶、ほうれん草、黄ピーマン、Cコーン缶、キャベツ、いちご、パイナップル	24	金	ごはん(強化米) 豚の角煮風 昆布イリチー くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 桃缶	バナナ いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ ●竹小町 白身魚	精白米 くずきり	ほうれん草、かんぴょう、人参、系こんにやく、きゅうり、大根、桃缶	25	土	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	26	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	27	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん							
8	水	ごはん(強化米) 豚肉しょうが焼き 大根のきんぴら炒め もずくの酢物 すまし汁 みかん	バナナ くずもち お茶	豚薄切り肉 鶏もも肉 もずく(塩抜き) ◇絹ごし豆腐	精白米 ごま	玉ねぎ、赤ピーマン、大根、人参、系こんにやく、ニラ、きゅうり、しめじ、みかん	23	木	★クリスマスランチ★ コーンピラフ ローストチキン ほうれん草のソテー コーンスープ フルーツ	バナナ クリスマスケーキ ミルク	ツナ缶 鶏肉	精白米	人参、玉ねぎ、ピーマン、Hコーン缶、ほうれん草、黄ピーマン、Cコーン缶、キャベツ、いちご、パイナップル	24	金	ごはん(強化米) 豚の角煮風 昆布イリチー くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 桃缶	バナナ いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ ●竹小町 白身魚	精白米 くずきり	ほうれん草、かんぴょう、人参、系こんにやく、きゅうり、大根、桃缶	25	土	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	26	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	27	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん														
9	木	チキンカレー キャベツのツナあえ わかめスープ 洋梨	バナナ いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ	精白米 じゃが芋	人参、玉ねぎ、Hコーン缶、GP、ピーマン、キャベツ、きゅうり、みつば、洋梨	24	金	ごはん(強化米) 豚の角煮風 昆布イリチー くずきりの甘酢あえ 魚のみそ汁 桃缶	バナナ いちごマフィン ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ ●竹小町 白身魚	精白米 くずきり	ほうれん草、かんぴょう、人参、系こんにやく、きゅうり、大根、桃缶	25	土	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	26	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	27	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん																					
10	金	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	25	土	青のりごはん レバーフライ こんにやくのソテー きゅうりとみかんの甘酢 みそ汁 りんご	せんべい ざくざく ココアクッキー ミルク	豚レバー スライス ●卵 鶏ささみ ◇油揚げ	精白米 ◎シスコ ン(コーンフ レク)	系こんにやく、人参、Hコーン缶、小松菜、きゅうり、みかん缶、白菜、りんご	26	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	27	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん																												
11	土	生活発表						27	月	タコライス さつま芋とりんごの甘煮 春雨スープ(魚) パン	ビスケット 黒糖アガラサー ミルク	豚ひき肉 白身魚 わかめ	精白米 さつま芋 春雨	玉ねぎ、人参、レタス、トマト、りんご、白菜、パイナップル	28	火	年納め沖縄そば きゅうりの中華風 バナナのヨーグルト添え	ネーブル しらすおにぎり お茶	豚肉 ●丸かまぼこ 刻み昆布 ★Pヨーグルト	▲沖縄そば	白菜、きゅうり、バナナ																																																							
12	日	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	年納め沖縄そば きゅうりの中華風 バナナのヨーグルト添え	ネーブル しらすおにぎり お茶	豚肉 ●丸かまぼこ 刻み昆布 ★Pヨーグルト	▲沖縄そば	白菜、きゅうり、バナナ	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん																																																	
13	月	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	28	火	年納め沖縄そば きゅうりの中華風 バナナのヨーグルト添え	ネーブル しらすおにぎり お茶	豚肉 ●丸かまぼこ 刻み昆布 ★Pヨーグルト	▲沖縄そば	白菜、きゅうり、バナナ	29	水	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん	30	木	麦ごはん(強化米) ちくわの磯辺揚げ なすのみそグラタン ブロッコリー みそ汁 みかん	ビスケット 蒸し芋 お茶	●竹小町(卵不使用) 豚ひき肉 わかめ	精白米 ◎シスコ ン	玉ねぎ、なす、しめじ、ブロッコリー、大根、みかん																																																	
14	火	ごはん(強化米) 納豆 鶏肉の梅しそ焼き 春雨サラダ みそ汁 りんご	ネーブル 青のりクラッカー バナナ 乳飲料	◇ひきわり納豆 鶏もも肉 ツナ缶 ◇油揚げ	精白米 春雨	ネーブル、玉ねぎ、梅しそ、青しそ、キャベツ、人参、きゅうり、Hコーン缶、白菜、りんご	29	水	ロールパン ハンバーグ コーンサラダ 豆乳シチュー ヨーグルトサラダ	チーズ ケーキ ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏もも肉 ★Pヨーグルト ※鮭フレーク	◎ロールパン(超熟) 精白米	玉ねぎ、Hコーン缶、キャベツ、ブロッコリー、かぼちゃ、人参、ほうれん草、バナナ、みかん缶	30	木	ロールパン ハンバーグ コーンサラダ 豆乳シチュー ヨーグルトサラダ	チーズ ケーキ ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏もも肉 ★Pヨーグルト ※鮭フレーク	◎ロールパン(超熟) 精白米	玉ねぎ、Hコーン缶、キャベツ、ブロッコリー、かぼちゃ、人参、ほうれん草、バナナ、みかん缶																																																								
15	水	ロールパン ハンバーグ コーンサラダ 豆乳シチュー ヨーグルトサラダ	チーズ ケーキ ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏もも肉 ★Pヨーグルト ※鮭フレーク	◎ロールパン(超熟) 精白米	玉ねぎ、Hコーン缶、キャベツ、ブロッコリー、かぼちゃ、人参、ほうれん草、バナナ、みかん缶	30	木	ロールパン ハンバーグ コーンサラダ 豆乳シチュー ヨーグルトサラダ	チーズ ケーキ ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 鶏もも肉 ★Pヨーグルト ※鮭フレーク	◎ロールパン(超熟) 精白米	玉ねぎ、Hコーン缶、キャベツ、ブロッコリー、かぼちゃ、人参、ほうれん草、バナナ、みかん缶																																																															

よいお年をお迎えください



★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。
★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。