

日	曜	未満児おやつ	行事	副食	体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	おやつ	
4	木	牛乳 果物	保育始め	すき焼き風煮 たたきごぼう 田作り	牛肉・牛乳 いりこ・焼き豆腐 マーガリン	さつまいも・砂糖 糸こんにゃく・いりごま	白菜・玉ねぎ・人参・ごぼう エノキ・ねぎ・栗甘露煮	牛乳 栗きんとん	
5	金	牛乳 ビスケット	行事打ち合わせ	筑前煮 伊達巻き 紅白なます 煮豆(黒豆)	鶏肉・天平・牛乳 卵・すり身・豆腐	里芋・砂糖・いりごま 糸こんにゃく・米	レンコン・人参・ごぼう・大根 いんげん・干し椎茸・黒豆 七草	麦茶 七草がゆ	
6	土	牛乳 クラッカー		親子丼 ドレッシングサラダ	鶏肉・卵・牛乳	ごまドレッシング	玉ねぎ・人参・小松菜・レタス キャベツ・きゅうり・コーン缶 バナナ	牛乳 果物 せんべい	
9	火	牛乳 せんべい		松風焼き 野菜のピーナッツ和え 大根の味噌汁	鶏ひき肉・味噌・いりこ 魚肉ソーセージ・卵	パン粉・いりごま・油揚げ ミックス粉・小麦粉	玉ねぎ・人参・白菜・キャベツ きゅうり・もやし・ねぎ・小松菜 生姜・大根・ほうれん草	牛乳 ソーセージ ドック	
10	水	牛乳 丸ボーロ	交通指導	大豆とひじきの炒め煮 野菜のツナ和え 果物	豚肉・牛乳・大豆 天平・ツナ缶・きな粉	糸こんにゃく・片栗粉 南関揚げ・砂糖	人参・ひじき・切干大根・キャベツ きゅうり・ほうれん草・バナナ	麦茶 牛乳もち	
11	木	牛乳 黒棒	鏡開き	魚の西京焼き ポテトサラダ かきたま汁	魚・牛乳・米みそ チーズ・卵	マヨネーズ・さつまいも じゃがいも・砂糖	きゅうり・人参・コーン缶・玉ねぎ ワカメ・小豆	牛乳 いもぜんざい	
12	金	牛乳 ビスケット	英語教室	鶏肉のから揚げ マロニーの酢の物 ごぼうスープ	鶏肉・卵・牛乳 チーズ	マロニー・片栗粉 薄力粉・黒ごま ミックス粉・バター・油	きゅうり・人参・キャベツ・りんご レーズン・もやし・ゴボウ・ニラ 白菜・玉ねぎ・ニンニク	牛乳 手作り スコーン	
13	土	牛乳 クッキー		煮込みうどん きゅうりの即席漬け	鶏肉・牛乳	冷凍うどん・油あげ サンド用食パン	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸 ねぎ・きゅうり・イチゴジャム	牛乳 ジャムサンド	
15	月	牛乳 果物		冬野菜のクリーム煮 厚揚げとしめじの含め煮	鶏肉・ベーコン・牛乳 絹厚揚げ・マーガリン	薄力粉・ミックス粉 さつまいも・砂糖 バター	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・白菜 カリフラワー・しめじ・コーン缶 かぶ	牛乳 芋まんじゅう	
16	火	牛乳 せんべい	体操教室	ハンバーグ フライドポテト グラッセ 豆乳味噌スープ	牛挽き肉・豚ひき肉 牛乳・卵・豆乳・いりこ 味噌・スキムミルク	じゃがいも・パン粉 強力粉・黒砂糖	玉ねぎ・人参・ブロッコリー チンゲン菜・白菜・レーズン	牛乳 黒糖蒸しパン	
17	水	牛乳 クラッカー	防犯訓練	ぶり大根 南瓜のみそ汁 納豆	ぶり・牛乳・卵 いりこ・味噌・納豆 ちりめんじゃこ・チーズ	砂糖・油揚げ・片栗粉 米	人参・玉ねぎ・レンコン・干し椎茸 南瓜・エノキ・大根・小ねぎ	麦茶 おにぎり	
18	木	牛乳 クッキー	移動図書 保育参観(緑)	肉じゃが マカロニサラダ 果物	豚肉・天平・牛乳	じゃがいも・マカロニ 糸こんにゃく・バター マッシュマロ・フルグラ	玉ねぎ・人参・いんげん キャベツ・きゅうり・レーズン バナナ	牛乳 マッシュマロ バー	
19	金	牛乳 ウエハース	英語教室	すり身の栄養揚げ きゅうりの胡麻酢和え あっさりスープ	すり身・卵・牛乳 カニカマ・卵	薄力粉・砂糖 いりごま・油	人参・玉ねぎ・ピーマン・白菜 キャベツ・きゅうり・エノキ りんご	牛乳 手作り アップルパイ	
20	土	牛乳 チーズ		焼きそば トマトのツナサラダ	豚肉・牛乳・竹輪 ツナ缶	焼きそば麺 マヨネーズ・ミックス粉	玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト キャベツ・もやし・きゅうり	牛乳 ココア蒸しパン	
22	月	牛乳 ビスケット		タイピーエン 切干大根の炒め煮 果物	豚肉・卵 牛乳・ちりめんじゃこ プロセスチーズ	春雨・南関揚げ 砂糖・片栗粉・黒ごま 白玉粉・ミックス粉	白菜・玉ねぎ・人参・きくらげ ゆで干し大根・干し椎茸 りんご	牛乳 もちもち チーズパン	
23	火	牛乳 果物	体操教室	麻婆豆腐 ブロッコリーのごまネーズ和え	豚挽肉・牛挽肉 赤味噌・豆腐・牛乳	ごま油・砂糖・片栗粉 薄力粉	玉ねぎ・人参・ニラ・もやし・なす きゅうり・キャベツ・干し椎茸 ブロッコリー・蓮根・山芋	牛乳 お好み焼き	
24	水	牛乳 クラッカー	誕生会	五目おこわ レンコンコロッケ 付け合わせ コンソメスープ 果物	鶏肉・鶏ひき肉・牛乳 生クリーム・卵	もち米・薄力粉・砂糖 パン粉・サンド用食パン	蓮根・玉ねぎ・レタス・トマト 人参・ごぼう・干し椎茸・いんげん バナナ・りんご・いちご	牛乳 フルーツ サンド	
25	木	牛乳 クッキー	避難訓練 消毒	うぎっこのっぺ汁 ミモザサラダ	鶏肉・牛乳・焼き豆腐 竹輪・天平・卵 ちりめんじゃこ	薄力粉・糸こんにゃく 白玉粉・いりごま・里芋	大根・人参・ごぼう・干し椎茸 小ねぎ・きゅうり・ワカメ・トマト 金時豆	牛乳 煮豆	
26	金	牛乳 せんべい	英語教室	ウインナーのキッシュ スパゲティサラダ ワカメスープ	ウインナー・卵・チーズ 牛乳・生クリーム ツナ缶・かまぼこ	マヨネーズ スパゲティ麺 冷凍うどん麺	人参・ピーマン・きゅうり・大根 キャベツ・玉ねぎ・エノキ・椎茸 ワカメ	麦茶 ミニうどん	
27	土	牛乳 丸ボーロ		ちゃんぽん 海草サラダ	豚肉・牛乳・かまぼこ	中華乾めん カステラ	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし ねぎ・ワカメ・トマト・きゅうり	牛乳 カステラ	
29	月	牛乳 ビスケット		ポークカレー フレンチサラダ	豚肉・牛乳・卵 スキムミルク	じゃがいも・薄力粉 バター・オリーブオイル 砂糖	玉ねぎ・人参・なす・トマト キャベツ・きゅうり・りんご レーズン	牛乳 手作り 丸ボーロ	
30	火	牛乳 クラッカー	主任会議	八宝菜 ひじき炒め煮 果物	豚肉・牛乳・卵・すり身	糸こんにゃく・片栗粉 さつまいも	玉ねぎ・人参・白菜・ねぎ きくらげ・干し椎茸・りんご 芽ひじき	牛乳 ふかしいも	
31	水	牛乳 クッキー	検便	魚のホイル焼き 南瓜の甘煮 豆腐の味噌汁	魚・いりこ・味噌 牛乳・豆腐・チーズ ベーコン	油揚げ・砂糖 マヨネーズ・食パン	人参・玉ねぎ・ピーマン・コーン缶 生椎茸・南瓜・大根・小ねぎ ワカメ・ブロッコリー・カリフラワー	牛乳 ピザトースト	

*物資購入の等の都合により変更になる場合があります。