

# こんだてひょう

平成30年度 1月

ひ に ち	よ う び	しゅ しよ く	お か ず	さんしよくぶるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしをととのえる		
4	金	カレーライス	わかめのおかかあえ ぶくじんづけ パインアップルのかんづめ ぎゅうにゅう	ぶたにく かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも	にんじん たまねぎ わかめ パインアップル	ビスケット	しおせんべい
5	土	カリカリうめごはん	ぶたにくのものも はりはりづけ みそしる	ぶたにく あぶらあげ みそ	こめ さとう ごま	にんにく しょうが きりほしだいこん に んじん	にしよせんべい	ウエハース ぎゅうにゅう
7	月	ななくさがゆ	さばのみそに こまつなのごまあえ いちご	とりにく さば みそ	こめ ごま さとう	ななくさ にんじん もやし こまつな い ちご	しおせんべい	サブレ ぎゅうにゅう
8	火	ふりかけごはん	スタミナやきにく もやしのごまサラダ ちゅうかコンスープ	ぶたにく たまごかつ おぶし	こめ サラダあぶら ごま さとう ごまあ ぶら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら	みかん	クリームパン ぎゅうにゅう
9	水	しょくパン	チキンなんばん グリーンサラダ はくさいスープ ぎゅうにゅう	とりにく たまご ハ ム ベーコン ぎゅう にゅう	しょくパン こむぎこ サラダあぶら さとう	たまねぎ パセリ きゅうり アスパラガ ス キャベツ	クリームサンドクラッカー	バナナ
10	木	ちゅうかどん	いわしスティック わかめサラダ キウイフルーツ	ぶたにく えび いか うずらたまご ハム	こめ かたくりこ ご まあぶら ごま さと う	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし	ビスケット	しおせんべい (1才児…やさいせんべい) ぎゅうにゅう
11	金	さくらえびいり しおやきそば	かぼちゅのあまに りんご ぎゅうにゅう	ぶたにく さくらえび ぎゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり	えびせんべい	おにぎり
12	土	ごはん	ローストチキン ほうれんそうのごまマヨあえ とうふとみずなのわふうスープ みかん	とりにく ちくわ と うふ	こめ さとう ごま マヨネーズ	にんじん ほうれんそ う みずな みかん	ビスケット	あまからせんべい ぎゅうにゅう
15	火	ひじきごはん	あつやきたまご はくさいのゆかりあえ いしかりじる	あぶらあげ たまご みそ とうふ さけ	こめ ごまあぶら さ とう	にんじん ひじき きゅうり はくさい だいこん	しおせんべい (1才児…きなこせんべい)	ホットケーキ ぎゅうにゅう
16	水	ちゃめし	おでん にんじんしりしり バナナ	さつまあげ ウイン ナー ツナ たまご	こめ ちくわぶ サラ ダあぶら	こんぶ だいこん に んじん バナナ	チーズサンドクラッカー	コーンフレーク ぎゅうにゅう
17	木	ミルクパン	さけのこうみソースがけ コールスローサラダ ミネストローネ ぎゅうにゅう	さけ ハム ベーコン だいず ぎゅうにゅう	ミルクパン サラダあ ぶら さとう ごま マヨネーズ	ながねぎ にんじん きゅうり キャベツ コーン	あまからせんべい	ミルクプリン
18	金	かきたまうどん	あじつきごさかな チンゲンサイのオイスターいため ぎゅうにゅう	たまご あつあげ ぎゅうにゅう	うどん かたくりこ ごまあぶら	こねぎ にんじん し めじ チンゲンサイ	しおせんべい	いなりずし
19	土	こまつなチャーハン	ナムル ちゅうかスープ もものかんづめ	たまご ハム ぶたに く	ごまあぶら こめ は るさめ	ながねぎ こまつな にんじん もやし	クッキー	えびせんべい ぎゅうにゅう
21	月	ごはん	とりにくのパーベキューソースやき シーフードサラダ レタススープ	とりにく えび ベー コン	こめ サラダあぶら さとう	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり	クリームサンドビスケット	パンラスク ぎゅうにゅう
22	火	とうにゅうスープ スパゲティ	かたぬきチーズ ブロッコリーのマリネ オレンジ	ベーコン チーズ と うにゅう	スパゲティ サラダあ ぶら さとう	にんにく にんじん たまねぎ しめじ コーン	ふがし	おにぎり
23	水	ごはん	とうふハンバーグ だいずのごもくに やさいたっぶりみそしる	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう たまご とりにく	こめ パンこ さとう かたくりこ ちくわぶ	たまねぎ こんぶ に んじん ごぼう ほし しいたけ	しょうゆせんべい (1才児…やさいせんべい)	りんご ぎゅうにゅう
24	木	むぎごはん	しろみざかなのバターじょうゆやき パンパンジー かきたまじる	かじき とりにく た まご	こめ おおむぎ こむ ぎこ パター ごま さとう	にんじん きゅうり もやし キャベツ し いたけ	しおせんべい (1才児…いわしせんべい)	しらたまあずき (乳児…ビスケット) ぎゅうにゅう
25	金	しょくパン	チキンカツ ひじきのツナマヨサラダ キャベツとハムのスープ ぎゅうにゅう	とりにく ツナ ハム ぎゅうにゅう	しょくパン サラダあ ぶら オリーブオイル さとう	にんにく たまねぎ トマト にんじん きゅうり	ビスケット	ゼリー
26	土	ごはん	ぶたにくとなすのみそいため きゅうりのつけもの わかめスープ	ぶたにく みそ とう ふ	こめ ごまあぶら さ とう ごま	にんじん たまねぎ なす きゅうり なが ねぎ	まめせんべい (1才児…ごませんべい)	クッキー ぎゅうにゅう
28	月	ぶたにくともやしの あんかけそば	キャベツのおかかあえ フルーツヨーグルト とうにゅう	ぶたにく かつおぶし ヨーグルト	ちゅうかめん サラダ あぶら かたくりこ	たまねぎ もやし パ プリカ にら きゅう り	ゴフレット	ふかしいも
29	火	なっとうごはん	とりにくのさっぱりし らあえ おすじもの	なっとう とりにく とうふ	こめ さとう ごま こんにゃく ぶ	にんにく しょうが にんじん ほうれんそ う	わかめせんべい	シュガーパン ぎゅうにゅう
30	水	ゆかりごはん	さけのしおやき わふうポテトサラダ けんちんじる ジュース	さけ ハム ツナ ぶ たにく とうふ	こめ じゃがいも さ とう マヨネーズ さ とも	にんじん きゅうり コーン だいこん こ ぼう	しおせんべい	クラッカー
31	木	バターロール	クリームシチュー ほうれんそうとベーコンのソテー いちご	とりにく きゅうりに ゅう ベーコン	バターロール じゃが いも サラダあぶら バター	にんじん たまねぎ コーン パセリ ほう れんそう	クリームサンドビスケット	おにぎり

**親子新年会**  
8日(火)  
10時のおやつとして  
みかんをいただきます。

**誕生日会**  
30日(水)  
おたんじょうび  
おめでとう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆水筒を毎日忘れずに持参下さい  
☆10時おやつは1・2才児のみ提供します  
☆延長保育用おやつは別途あります

