

# こんだてひょう

2020年度 1月

ひ ら	よ う び	しゅ し ょ く	お か ず	さん し ょ く ぶ ん り			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 ょう し ょ と の え る		
4	月	カレーライス	ポイルウインナー わかめのおかかあえ パイナップルのかんづめ きゅうにゅう	ふたにく ウインナー かつおぶし きゅう にゅう	ごめ じゃがいも カレー	にんじん たまねぎ わかめ パイナップル	のりせんべい きゅうにゅう	キャロットケーキ
5	火	かきたまうどん	さわらのバターやき まくろくるすけサラダ オレンジ きゅうにゅう	たまご さわら ハム きゅうにゅう	うどん かたくりこ こむぎこ パター さ とう ごまあぶら	こねぎ ハセリ にん じん きゅうり だい こん ひじき コーン	クッキー きゅうにゅう	うめとあおなおにぎり
6	水	なっとうごはん	スタミナやきにく キャベツのあさづけ いしかりじる	なっとう ふたにく みそ とうふ さけ	ごめ みりん サラダ あぶら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら きゅうり	クラッカー きゅうにゅう	メープルコーン きゅうにゅう
7	木	ななくさがゆ	ふたにくのさっぱりに しらあえ りんご	とりにく ふたにく とうふ	ごめ さとう ごま こんにやく	ななくさ にんにく しょうが にんじん ほうれんそう りんご	わかめせんべい きゅうにゅう	ツナマヨトースト きゅうにゅう
8	金	バターロール	クリームシチュー やきにくサラダ バナナ	とりにく きゅうにゅう ふたにく	バターロール じゃが いも さとう ごまあ ぶら サラダあぶら	にんじん たまねぎ コーン ハセリ きゅう り キャベツ	みかん	スイートポテト きゅうにゅう
9	土	ごまごはん	とりにくのてりやき きりほしだいこんのふくめに おすいもの	とりにく あぶらあげ とうふ	ごめ ごま さとう	にんじん きりほしだ いこん こまつな わ かめ	パイ きゅうにゅう	しおせんべい きゅうにゅう
12	火	かたやきそば	かたぬきチーズ わかめとささみのサラダ いちご きゅうにゅう	ふたにく えび とり にく きゅうにゅう	ちゅうかめん かたく りこ ごまあぶら さ とう	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし はくさい	ビスケット きゅうにゅう	おかかおにぎり
13	水	ごはん	まつかぜやき ほうれんそうのごまあえ とうふとみずなわふうスープ キウイフルーツ	とりにく きゅうにゅう たまご みそ とう ふ	ごめ パンこ さとう こま	たまねぎ ながねぎ にんじん もやし ほ うれんそう みずな	しおせんべい きゅうにゅう	ジャムサンド きゅうにゅう
14	木	ミルクパン	さけのタンドライヤき ひじきのツナマヨサラダ レタススープ きゅうにゅう	ヨーグルト さけ ツ ナ ベーコン きゅう にゅう	ミルクパン さとう マヨネーズ	にんにく にんじん きゅうり キャベツ ひじき たまねぎ	ウエハース きゅうにゅう	りんご
15	金	ごはん	ふたにくのたまねぎソースがけ ミモザサラダ だいこんとささみのスープ グレープフルーツ	ふたにく かにかま ハム たまご とりに く	ごめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ きゅうり ブロッコリー だいこ ん しいたけ みつば	ビスケット きゅうにゅう	あおのりフライドポテト きゅうにゅう
16	土	ごはん	にくじゃが あおなとしらすのいためもの みそじる	ふたにく しらす あ ぶらあげ みそ	ごめ じゃがいも し らす さとう ごま あぶら	にんじん たまねぎ さやいんげん こまつ な わかめ ながねぎ	しおせんべい (1才児・いわしせんべい) きゅうにゅう	サブシ きゅうにゅう
18	月	クリームスープ スパゲティ	あじつきごさかな もやしサラダ パイナップル	ベーコン きゅうにゅう こなチーズ ハム	スパゲティ サラダあ ぶら こま さとう ごまあぶら	にんにく にんじん たまねぎ セロリー しめじ コーン	クリームサンドクラッカー きゅうにゅう	バナナ きゅうにゅう
19	火	ちゅうかうおこわ	あつやきたまご キャベツのいそかあえ いもじる みかん	ふたにく たまご あ ぶらあげ みそ	ごめ もちごめ さと う ごまあぶら こま さといも	にんじん ほししいた け ながねぎ きゅう り キャベツ	しおせんべい きゅうにゅう	こくとうごめおむしパン きゅうにゅう
20	水	しょくパン (ジャム)	グリルチキン アスパラとベーコンのソテー キャベツとハムのスープ きゅうにゅう	とりにく ベーコン ハム きゅうにゅう	しょくパン ジャム オリーブオイル さと う サラダあぶら	にんにく たまねぎ トマト コーン アス パラガス キャベツ	ビスケット きゅうにゅう	じゃがバター
21	木	カリカリうめごはん	さばのみぞれに わふうポテトサラダ けんちんじる もものかんづめ	さば ハム ツナ ぶ たにく とうふ	ごめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう じゃがいも	だいこん しょうが こねぎ にんじん きゅうり コーン	きなこせんべい きゅうにゅう	ハムチーズパンケーキ きゅうにゅう
22	金	ハムピラフ	ポークピカタ シーフードサラダ マカロニスープ きゅうにゅう	ハム ふたにく たま ご えび ベーコン きゅうにゅう	ごめ サラダあぶら バター こむぎこ さ とう マカロニ	にんじん たまねぎ コーン グリンピース ハセリ きゅうり	ビスケット きゅうにゅう	いなりずし
23	土	カレーうどん	やさしいため さつまいものあまに きゅうにゅう	ふたにく とりにく きゅうにゅう	うどん じゃがいも かたくりこ サラダあ ぶら さつまいも	にんじん たまねぎ ながねぎ もやし ピーマン キャベツ	ビスケット きゅうにゅう	しおせんべい (1才児・わかめせんべい)
25	月	ごはん (やきのり)	ポテトのそぼろに おしゃぶりするめ きゅうりとちくわのごますあえ いちご	ふたにく するめ ち くわ	ごめ じゃがいも ち くわぶ さとう かた くりこ こま	やきのり にんじん たまねぎ ほししいた け きゅうり いちご	クッキー きゅうにゅう	こめこのレーズンケーキ きゅうにゅう
26	火	バターロール	フィッシュなんばん グリーンサラダ オニオンスープ とうにゅう	しろみさかな たまご ハム	バターロール こむぎ こ サラダあぶら さ とう マヨネーズ	たまねぎ ハセリ きゅうり アスパラガ ス キャベツ	あまからせんべい きゅうにゅう	いりこあおなおにぎり
27	水	ふりかけごはん	とりだんこのスープに えびのガーリックいため だいこんのまめツナサラダ ジュース	とりにく たまご え び ツナ	ごめ かたくりこ は るさめ こまあぶら オリーブオイル	しょうが にんじん しいたけ ながねぎ はくさい にんにく	しおせんべい きゅうにゅう	ピーチミルクプリン
28	木	ふたバラはるさめどん	ごもくきんぴら はくさいのゆかりあえ もやしのたまごスープ りんご	ふたにく さつまあげ たまご	ごめ サラダあぶら はるさめ こまあぶら さとう こんにやく	にんじん たまねぎ こねぎ ごぼう れん こん きゅうり	ふがし きゅうにゅう	たごやきポテト きゅうにゅう
29	金	やきそば	いわしスティック かふうあえ バナナ きゅうにゅう	ふたにく いわし きゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん さとう ごま あぶら	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり チンゲンサイ	ビスケット きゅうにゅう	あんまん
30	土	ごはん	しろみさかなのムニエル ほうれんそうときのこのサラダ ポトフ	かじき ベーコン ウ インナー	ごめ こむぎこ パ ター サラダあぶら さとう マヨネーズ	たまねぎ しめじ え のきだけ ほうれんそ う コーン にんじん	あまからせんべい (1才児・えびせんべい) きゅうにゅう	コーンフレーク きゅうにゅう

※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

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

**誕生会**  
27日(水)  
おたんじょうび  
おめでとう



ルンビニー保育園