

1月の献立表 (0・1・2歳児)

日	曜	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	離乳食(中期)	離乳食(後期)
4	木	かし	希望保育(1月4日、5日) ☆保育を申し込まれた方は、 おかず入り弁当を持参してください。	かし	希望保育(1月4日、5日) ☆保育を申し込まれた方は、 おかず入り弁当を持参してください。	
5	金	かし		かし		
6	土	かし		かし		
9	火	かし 牛乳	手作りさつま揚げ、野菜添え、みそ汁	かし 牛乳	豆腐と玉ねぎの煮物(豆腐、玉ねぎ) きゅうりとひじきのサラダ(きゅうり、ひじき、人参)	豆腐と玉ねぎの煮物(豆腐、玉ねぎ) きゅうりとひじきのサラダ(きゅうり、ひじき、人参)
10	水	かし 牛乳	ドライカレー、野菜スープ、バナナ	きな粉マフィン 幼児牛乳	鶏と野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ピーマン) キャベツスープ(キャベツ、人参)、バナナ	鶏と野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、ピーマン) キャベツスープ(キャベツ、人参)、バナナ
11	木	あっさりポテト 牛乳	ふりかけ、華風雑煮 彩りの和え物 みかん	かし 牛乳	豆腐と白菜のトロトロ煮(豆腐、白菜、大根、葉ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、みかん	豆腐と白菜のトロトロ煮(豆腐、白菜、大根、葉ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、みかん
12	金	かし 牛乳	ハンバーグ、ブロッコリー添え、ミネストローネ	ココアプリン (ゼリー)	大豆と野菜のトマト煮(大豆、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ホールトマト) 野菜スープ(ブロッコリー、玉ねぎ)	大豆と野菜のトマト煮(大豆、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ホールトマト) 野菜スープ(ブロッコリー、玉ねぎ)
13	土	かし		かし		
15	月	かし 牛乳	厚揚げと野菜のみそ炒め、すまし汁、バナナ	ぼりぼりごぼう(ぶかし芋) 幼児牛乳	豆腐と野菜のみそ煮(豆腐、玉ねぎ、ピーマン、人参) すまし汁(麩、人参、葉ねぎ)、バナナ	豆腐と野菜のみそ煮(豆腐、玉ねぎ、ピーマン、人参) すまし汁(麩、人参、葉ねぎ)、バナナ
16	火	りんご 牛乳	鮭のカレー揚げ、キャベツ添え、みそ汁	かし ミロミルク	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ、人参) みそ汁(里芋、人参、玉ねぎ)	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ、人参) みそ汁(里芋、人参、玉ねぎ)
17	水	かし ミルク	チキンの照り焼き マカロニサラダ、青菜スープ	かし 牛乳	鶏と青菜のスープ煮(鶏ささみ、小松菜、人参) きゅうりと人参のサラダ(きゅうり、人参、無糖ヨーグルト)	鶏と青菜のスープ煮(鶏ささみ、小松菜、人参) マカロニサラダ(マカロニ、きゅうり、人参、無糖ヨーグルト)
18	木	かし 牛乳	コーンとホタテのシチュー フレンチサラダ、りんご	かし ジョア	白身魚のコンソメ煮(白身魚) 豆乳スープ(豆乳、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ほうれん草)	白身魚のコンソメ煮(白身魚) 豆乳スープ(豆乳、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ほうれん草)
19	金	かし 牛乳	かつおのケチャップがらめ ブロッコリーサラダ、みそ汁	おからのクッキー(市販菓子) 幼児牛乳	豆腐とかぼちゃの煮物(豆腐、かぼちゃ、玉ねぎ) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、きゅうり、人参)	豆腐とかぼちゃの煮物(豆腐、かぼちゃ、玉ねぎ) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、きゅうり、人参)
20	土	かし		かし		
22	月	かし 牛乳	ポークカレー 大根とツナのサラダ、みかん	アメリカンドック (パンケーキ)、幼児牛乳	麩と大根の煮物(麩、大根、玉ねぎ、人参) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、豆乳)	麩と大根の煮物(麩、大根、玉ねぎ、人参) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、豆乳)
23	火	かし 牛乳	伊勢うどん、ちくわの磯辺揚げ、和風サラダ	チョコチップパン (マフィン)、幼児牛乳	かやくうどん(伊勢うどん、麩、玉ねぎ、人参、キャベツ) きゅうりのサラダ(きゅうり、人参)	かやくうどん(伊勢うどん、麩、玉ねぎ、人参、キャベツ) きゅうりのサラダ(きゅうり、人参)
24	水	かし 牛乳	すき焼き風煮、春雨の酢の物、いちご	五平餅(みそおにぎり) 幼児牛乳	鶏と野菜の煮物(鶏ささみ、人参、玉ねぎ、葉ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、いちご	鶏と野菜の煮物(鶏ささみ、人参、玉ねぎ、葉ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、いちご
25	木	かし ミルク	鯖の塩焼き、ほうれん草のきのこ和え、みそ汁	かし 牛乳	煮魚(白身魚) 貝だくさんみそ汁(里芋、人参、ほうれん草、葉ねぎ)	煮魚(白身魚) 貝だくさんみそ汁(里芋、人参、ほうれん草、葉ねぎ)
26	金	かし 牛乳	鶏肉のレモン揚げ、野菜添え、きのこスープ	かし ジョア	鶏とキャベツのトマト煮(鶏ささみ、キャベツ、トマト) 玉ねぎスープ(玉ねぎ、葉ねぎ、人参)	鶏とキャベツのトマト煮(鶏ささみ、キャベツ、トマト) 玉ねぎスープ(玉ねぎ、葉ねぎ、人参)
27	土	かし		かし		
29	月	かし 牛乳	ポークビーンズ 大根バリバリサラダ、りんご	蒸しパン 幼児牛乳	大豆のトマト煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参) 大根サラダ(大根、きゅうり)、りんご	大豆のトマト煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参) 大根サラダ(大根、きゅうり)、りんご
30	火	かし 牛乳	ぶりの煮つけ、ごま酢和え、みそ汁	かし ミロミルク	煮魚(白身魚) みそ汁(大根、人参、玉ねぎ、葉ねぎ)	煮魚(白身魚) みそ汁(大根、人参、玉ねぎ、葉ねぎ)
31	水	かし ミルク	豆腐ミートローフ ブロッコリー添え、コーンポタージュ	かし 牛乳	豆腐と野菜のケチャップ煮(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも、人参) ブロッコリーのクリームコーン煮(ブロッコリー、クリームコーン)	豆腐と野菜のケチャップ煮(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも、人参) ブロッコリーのクリームコーン煮(ブロッコリー、クリームコーン)

※おやつのはひよこ組

※離乳食のメニューに使用食材を記載します。アレルギー等事故防止のため一度も食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。