

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
15 (金)	ご飯	肉じゃが 小松菜のおひたし 果物 ☆牛乳・マシュマロクリスピー	メークイン、糸蒟蒻、砂糖、油	牛肉 かつお節	たまねぎ、にんじん、グリーンピース こまつな、キャベツ、にんじん 果物
16 (土)	パスタ	クリームスープスパゲティ 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・果物	コーンフレーク、マーガリン スパゲティ メークイン	牛乳 牛乳、ベーコン、スキムミルク あおのり	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、しめじ 果物
18 (月)	ご飯	チキンチャップ ポテトサラダ 果物 ☆牛乳・ツナとニラの落とし焼き	油、砂糖 メークイン、マヨネーズ	鶏もも肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン にんじん、きゅうり、コーン 果物
19 (火)	ご飯	さばの煮つけ 小松菜 けんちん汁 ☆牛乳・おさつスティック	上新粉、小麦粉、砂糖 砂糖、片栗粉	さば 木綿豆腐、豚肉、油揚げ	しょうが こまつな だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ
20 (水)	パン	クリームシチュー キャベツとハムのサラダ 果物 ☆ゆかりおむすび	メークイン、油 油	豚肉、牛乳、粉チーズ、スキムミルク ロースハム、わかめ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり、にんじん 果物
21 (木)	ご飯	かぼちゃのそぼろ煮 ゆず入りなます 豆腐のみそ汁 ☆牛乳・シュガートースト	米 油、砂糖 いりごま	ゆかり 豚ひき肉 ちりめん 木綿豆腐、みそ、煮干し、わかめ	かぼちゃ、グリーンピース、しょうが かぶ、にんじん、ゆず たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
22 (金)	<h1>クリスマスお楽しみ給食</h1>				
23 (土)	うどん	カレーうどん 里芋と小松菜のごま和え ☆牛乳・お菓子・果物	うどん、油 さといも、すりごま、砂糖	牛肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ こまつな 果物
25 (月)	ご飯	天根と豚肉の煮物 スパゲティサラダ 果物 ☆牛乳・マカロニの安倍川	砂糖、油 スパゲテ、マヨネーズ	豚肉、油揚げ ツナ	だいこん、にんじん、しょうが キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン 果物
26 (火)	ご飯	ちくわの二色揚げ 白菜の塩昆布和え すまし汁 ☆牛乳・人参クラッカー	小麦粉、揚げ油 ごま油	ちくわ、あおのり ツナ、塩こんぶ 木綿豆腐	はくさい にんじん、えのきたけ、みつば、こんぶ
27 (水)	ご飯	吉野煮 ほうれん草のごま和え 果物 ☆牛乳・みかん・お菓子	メークイン、砂糖、片栗粉 すりごま、砂糖	絹厚揚げ、鶏もも肉(皮付き)	だいこん、にんじん、いんげん ほうれんそう、キャベツ、にんじん 果物
28 (木)	ご飯	☆牛乳・みかん・お菓子 ひじき入りつくね コーンソテー キャベツのスープ ☆鉄分ヨーグルト・いりこ	お菓子 パン粉、砂糖、片栗粉 油	牛乳 鶏ひき肉、豚ひき肉、卵、ひじき ベーコン、わかめ 鉄分ヨーグルト、いりこ	みかん たまねぎ、にんじん、しょうが コーン、いんげん キャベツ、にんじん、葉ねぎ
29 (金)		 ☆牛乳・お菓子	お弁当の日		



9日・29日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい

