

	月 ①・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 ①・15・29	土 ②・16・30
完了期	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ビビンバ丼 (牛肉、太もやし、きゅうり、ほうれん草、人参、ねぎ、酒、しょうゆ、おろし、砂糖、ゴマ油) 中華スープ (白菜、ピーマン、五ねぎ、人参、鶏がらスープ、塩、ゴマ油) くだもの (いよかん、みかん、なし) 	<ul style="list-style-type: none"> パン コーンコロッケ (合挽きミンチ、コーン、しめじ、五ねぎ、小麦粉、パン粉、油、砂糖、おろし、しょうゆ、塩) 七リキレホロタン (切り干し大根、人参、シーチキン、五ねぎ、ピーマン、ケチャップ、砂糖、しょうゆ) コンソメスープ (人参、エリンギ、ほうれん草、塩、コンソメ) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり たらの西京焼き (たら、白味噌、おろし、砂糖、酒) 小松菜とささみの和え物 (小松菜、ささみ、人参、酢、しょうゆ、砂糖) すまし汁 (人参、しめじ、ごぼう、えのき、おろし、しょうゆ、酒、おろし、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 鶏肉と大根の煮物 (鶏肉、大根、水蒸大豆、人参、酒、おろし、しょうゆ、砂糖) 水菜のゴマ和え (水菜、人参、ゴマ、しょうゆ) みそ汁 (五ねぎ、人参、しめじ、おろし、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 八宝菜丼 (豚肉、白菜、人参、もやし、しめじ、ピーマン、鶏がらスープ、塩、酒、しょうゆ、ゴマ油) いろどりナムル (ほうれん草、人参、太もやし、コーン、しょうゆ、ゴマ油) 	<ul style="list-style-type: none"> うどん 鶏あんかけうどん (うどん、鶏肉、しめじ、えのき、人参、水菜、昆布、うすくちしょうゆ、砂糖、濃口しょうゆ、酒、おろし、塩、片栗粉) ちんげん菜のしらす和え (ちんげん菜、人参、コーン、しょうゆ、酢、しょうゆ、油)
朝のおやつ	あかちゃんせんべい、なし	あかちゃんせんべい、なし	くだもの(バナナ、りんご、なし)	あかちゃんせんべい、なし	くだもの(りんご、みかん、なし)	あかちゃんせんべい、なし
3時のおやつ	ポテトサラダ、牛乳 (食パン、しめじ、五ねぎ、人参、塩、ケチャップ)	きつねうどん、お茶 (うどん、昆布、酒、おろし、うすくちしょうゆ、濃口しょうゆ、砂糖、塩、油あげ、おろし、ねぎ、しょうゆ)	野菜チップス、牛乳 (かんこん、さつまいも、人参、いんげん、油、塩)	園の柑橘ヨーグルト、牛乳 (小麦粉、ヨーグルト、砂糖、バナナ、ピーマン、おろし、おろし、みかん、全粒粉)	(15日)小豆がゆ、お茶 (米、小豆、塩) (29日)ういすら、お茶 (小麦粉、片栗粉、砂糖)	あかちゃんせんべい、お茶
	日 ④・18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金 8・22	土 9・23
完了期	<ul style="list-style-type: none"> ごはん かぼちゃのカレー (合挽きミンチ、かぼちゃ、人参、五ねぎ、バター、小麦粉、カレー粉、スキムミルク、チーズ、ヨーグルト、ケチャップ、黒砂糖、塩) 大豆サラダ (水蒸大豆、人参、高野豆腐、さつまいも、酢、味噌、しょうゆ、塩、油) くだもの (りんご、みかん、なし) 	<ul style="list-style-type: none"> パン 鶏肉のてりやき (鶏肉、酒、おろし、砂糖、しょうゆ) スティック野菜 (ブロッコリー、人参、しめじ、かんこん、塩) コンソメスープ (五ねぎ、大根、しめじ、コーン、人参、コンソメ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 魚のいそべ焼き (魚、青のり、酒、しょうゆ、油) 納豆和え (てりやき納豆、人参、ほうれん草、白菜、もやし、シーチキン、焼きのり、しょうゆ) みそ汁 (豆腐、油あげ、ねぎ、味噌) 	<ul style="list-style-type: none"> 7日: 弁飯おにぎり 21日: おにぎり 煮しめ (鶏肉、独川ごぼう、金時人参、かんこん、昆布、絹さや、酒、しょうゆ、おろし、砂糖) 紅白なます (大根、金時人参、ゆず、酢、砂糖、塩) 黒豆 (黒豆、砂糖、しょうゆ) すまし汁 (注、湯葉、おろし、酒、おろし、しょうゆ、塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん マーボー豆腐丼 (豚ミンチ、豆腐、ねぎ、赤味噌、鶏がらスープ、塩、しょうゆ、ゴマ油、片栗粉) 海そうサラダ (海そう、ひじき、ささみ、黄パプリカ、人参、酢、塩、砂糖) くだもの (いよかん、みかん、なし) 	<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 豚肉の炒め物 (豚肉、五ねぎ、酒、しょうゆ) マカロニサラダ (マカロニ、シーチキン、きゅうり、人参、コーン、酢、砂糖、塩) みそ汁 (ふ、わかめ、味噌)
朝のおやつ	あかちゃんせんべい、なし	くだもの(りんご、なし)	あかちゃんせんべい、なし	くだもの(バナナ、りんご、なし)	あかちゃんせんべい、なし	あかちゃんせんべい、なし
3時のおやつ	ちんすこう、お茶 (小麦粉、油、きび砂糖、黒砂糖、砂糖、抹茶、ココア、なし)	お茶のしらすパゲテ、牛乳 (人参、豚ミンチ、五ねぎ、トマト水菜、サバ水菜、塩昆布、砂糖、ケチャップ、塩)	豆乳クソムアDEフルーツパゲテ、牛乳 (食パン、豆乳、砂糖、コーンスターチ、ココア、何の果物(バナナ、りんご、なし))	(7日)七草がゆ、お茶 (米、七草、塩、うすくちしょうゆ) (21日)さつまいももち、お茶 (さつまいも、片栗粉、砂糖)	カナッパ、(8日)牛乳、(22日)お茶 (クリーム、生クリーム、バター、片栗粉、砂糖、塩)	あかちゃんせんべい、お茶

① どの食材もお家で試して頂き、園で食べます。

② "カミカミ" "モグモグ"と嘯むことや嘯みながら食べることを伝えていきたいと思ひます。