

	月 11・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"> <li>・パン</li> <li>・ミートボール (合挽きミンチ, おから, 五ねぎ, ひじき, 豆乳, 片栗粉, 砂糖, 塩)</li> <li>・フロッコリーのマリネ (フロッコリー, 赤パプリカ, 黄パプリカ, シーチキン, 酢, 砂糖, 塩, オリーブ油)</li> <li>・コンソメスープ (じゃがいも, 人参, 五ねぎ, ハセリ, 塩, コンソメ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・秋の味覚鍋 (鶏肉, ごぼう, 人参, 木んこん, さつまいも, しめじ, まいたけ, えのき, ほろん草, マロニー, レンコン, 酒, 塩, かつお, 砂糖)</li> <li>・くだもの (梨, 柿 など)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・八宝菜丼 (豚肉, 白菜, 人参, もやし, ちんげん菜, マッシュルーム, 片栗粉, 鶏がらスープ, 塩, 酒, レンコン, ゴヤ油)</li> <li>・大根と豆腐の中華風和え物 (大根, 豆腐, 人参, わかめ, 酢, 砂糖, 塩, レンコン, ゴヤ油, コマ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・すき焼き風煮 (牛肉, 焼豆腐, 五ねぎ, 人参, 白ねぎ, ぶ, 酒, かつお, レンコン, 砂糖)</li> <li>・小松菜のしらす和え (小松菜, 人参, しらす, 酢, レンコン, 油)</li> <li>・すまし汁 (えのき, まいたけ, しめじ, かつお, 酒, かつお, 塩, レンコン)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・さばの竜田揚げ (さば, 小麦粉, しゅうゆ, 片栗粉, 油, 酒)</li> <li>・大豆サラダ (水煮大豆, 赤パプリカ, きゅうり, キャベツ, コーン, 酢, 砂糖, 塩)</li> <li>・豚汁 (豚肉, 大根, 人参, ごぼう, ねぎ, 味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏南盛うどん (うどん, 鶏肉, 長ねぎ, まいたけ, 人参, 昆布, 砂糖, うすくちしょうゆ, 酒, 濃おろししょうゆ, かつお, 塩)</li> <li>・ほうれん草の塩昆布和え (ほうれん草, キャベツ, 人参, 塩, 昆布)</li> </ul>
〈後期〉	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パンがゆ</li> <li>・肉じゃが風 (合挽きミンチ, 五ねぎ, じゃがいも, フロッコリー, 人参, 黄パプリカ)</li> <li>・スティック野菜 (赤パプリカ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・秋の味覚煮 (鶏肉, ごぼう, 人参, 木んこん, さつまいも, しめじ, ほろん草)</li> <li>・くだもの (梨, 柿 など)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・和風八宝菜 (豚肉, 白菜, 人参, もやし, ちんげん菜, マッシュルーム, 片栗粉)</li> <li>・スティック野菜 (大根)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・牛肉と野菜の煮物 (牛肉, 五ねぎ, 人参, 白ねぎ, えのき, まいたけ, さつまいも)</li> <li>・スティック野菜 (人参)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・豚肉と野菜のあんかけ (豚肉, 赤パプリカ, キャベツ, コーン, 大根, 人参, ごぼう, 片栗粉)</li> <li>・スティック野菜 (きゅうり)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込うどん (うどん, 鶏肉, 長ねぎ, まいたけ, 人参, ほろん草, キャベツ)</li> <li>・スティック野菜 (じゃがいも)</li> </ul>
朝のおやつ	くだもの (バナナ, オレンジなど)	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	くだもの (梨, バナナなど)	くだもの (柿, オレンジなど)	赤ちゃんせんべい
3時のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>② まんまるおはぎ, お茶 (米, もち米, あんこ, 砂糖, 塩, きなこ)</li> <li>③ 芋かきおはぎ, お茶 (芋, きなこ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>④ ホットケーキ, 牛乳 (小麦粉, バター, オリーブ油, 砂糖, 卵, 豆乳, メイプルシロップ)</li> <li>⑤ ミントケーキ (小麦粉, バター, オリーブ油, 砂糖, ショコラ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑥ リンゴのコンポート, 牛乳 (リンゴ, レモン, 砂糖)</li> <li>⑦ 煮りんご, お茶 (りんご)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑧ ミルクサント, 牛乳 (バナナ, 牛乳, コーンシリアル, 砂糖, ココア)</li> <li>⑨ スティックアイス, お茶 (アイス)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑩ さつまいもときのこのパウンドケーキ, お茶 (小麦粉, バター, オリーブ油, 砂糖, 塩, 五ねぎ, きなこ)</li> <li>⑪ ぶかし芋, お茶 (さつまいも)</li> </ul>	赤ちゃんせんべい, 果物 など お茶
	月 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"> <li>・おにぎり</li> <li>・鶏ハンバーグ (鶏ミンチ, 五ねぎ, 人参, ひじき, ほろん草, 水煮大豆, 片栗粉, 塩, 酒, レンコン, かつお, パン粉)</li> <li>・花野菜のおかか和え (フロッコリー, カリフラワー, コーン, 花かお, しゅうゆ)</li> <li>・みそ汁 (なす, たねこ, わかめ, 味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・牛肉とごぼうの炒め煮 (牛肉, ごぼう, 人参, しゅうゆ, 酒, かつお, 砂糖)</li> <li>・海とうこまみそサラダ (海とう, 人参, キャベツ, コマ, 酢, 砂糖, 味噌, ゴヤ油)</li> <li>・すまし汁 (えのき, ぶ, かつお, 酒, かつお, 塩, レンコン)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・魚卵の天ぷら (いわし, 小麦粉, 塩, 油)</li> <li>・糸内豆和え (ひきわり肉内豆, 小松菜, 人参, 白菜, もやし, ひじき, 焼きのり, しゅうゆ)</li> <li>・みそ汁 (さつまいも, 人参, 五ねぎ, ねぎ, 味噌)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・きのこクラタン (鶏肉, マカロニ, 五ねぎ, しめじ, えのき, マッシュルーム, パター, 小麦粉, 牛乳, チーズ, スキムミルク, 塩)</li> <li>・コンソメスープ (キャベツ, 人参, 五ねぎ, ほろん草, コンソメ, 塩)</li> <li>・くだもの (梨, 柿 など)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・厚あじのチキンソテー (豚肉, 厚あじ, 五ねぎ, 人参, ニラ, もやし, 酒, しゅうゆ, 塩)</li> <li>・小松菜と白菜の石臼和え (小松菜, 白菜, 人参, 火炎のり, しゅうゆ)</li> <li>・中華スープ (大根, エリンギ, コーン, ねぎ, 鶏がらスープ, 塩)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・丼丼風 (牛肉, 五ねぎ, 人参, しめじ, ねぎ, 酒, かつお, 砂糖, しゅうゆ)</li> <li>・みそ汁 (ぶ, わかめ, 味噌)</li> </ul>
〈後期〉	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・鶏野菜あんかけ (鶏ミンチ, 五ねぎ, 人参, ほろん草, フロッコリー, カリフラワー, コーン, 片栗粉)</li> <li>・スティック野菜 (人参)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・牛肉と野菜の煮物 (牛肉, ごぼう, 人参, キャベツ, えのき, じゃがいも)</li> <li>・スティック野菜 (じゃがいも)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・カレーと野菜のあんかけ (カレー, 小松菜, 人参, 白菜, もやし, 五ねぎ, 片栗粉)</li> <li>・スティック野菜 (さつまいも)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パンがゆ</li> <li>・鶏肉ときのこの煮物 (鶏肉, 五ねぎ, しめじ, えのき, マッシュルーム, キャベツ, ほろん草, 人参)</li> <li>・くだもの (梨, 柿 など)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・豚肉と野菜のあんかけ (豚肉, 五ねぎ, 人参, もやし, 小松菜, 白菜, コーン, 片栗粉)</li> <li>・スティック野菜 (大根)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・軟飯おにぎり</li> <li>・牛肉と野菜の煮物 (牛肉, 五ねぎ, 人参, しめじ, わかめ)</li> <li>・スティック野菜 (じゃがいも)</li> </ul>
朝のおやつ	赤ちゃんせんべい	くだもの (梨, 柿 など)	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	くだもの (オレンジ, バナナなど)	赤ちゃんせんべい
3時のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑫ バナナ蒸しパン (小麦粉, バター, オリーブ油, バナナ)</li> <li>⑬ 牛乳 お茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑭ 肉玉, 牛乳 (合挽きミンチ, ニラ, 小麦粉, 卵, 砂糖, 塩, しゅうゆ, 酒, マヨネーズ, 片栗粉)</li> <li>⑮ さつまいももち, お茶 (さつまいも, 片栗粉)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑯ 焼きそば, お茶 (中華めん, キャベツ, 人参, 豚肉, 塩, ウスターソース, かつお, 卵)</li> <li>⑰ くだもの, お茶 (梨, バナナ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⑱ 五平もち, お茶 (米, 赤味噌, 三温糖, 酒, かつお, 油, しらす)</li> <li>⑲ しらす入り軟飯おにぎり (米, しらす)</li> </ul>	焼きき芋, お茶 (さつまいも)	赤ちゃんせんべい, 果物 など, お茶

全ての食材も国産で食べる前に必ず「お家で試して下さい。」 毎日、展示食を見て帰り、頂き、お家でも参考にして下さい。