

	献立名	3時のおやつ	午前おやつ (未満児)	離乳食
月 11	ポトフ ほうれん草のマヨネーズ和え 果物	お茶 コーンおむすび	手作りヨーグルト	ポトフ ほうれん草の煮浸し 果物
火 12.26	魚の煮付け 小松菜ともやしのごま和え きのこのみそ汁	ミルクココア 果物	牛乳 チーズ	魚の煮付け 小松菜の和え物 きのこのみそ汁
水 13.27	チキンカツ きゅうりとりんごのサラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 野菜蒸しケーキ	牛乳 コーンフレーク	鶏ミンチのハンバーグ きゅうりとすりりんごのサラダ 豆腐のみそ汁
木 14.28	魚の塩焼き かぼちゃの煮物 たまごスープ	お茶 フルーツヨーグルト お菓子	牛乳 ビスケット	魚の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
金 1.15	牛ひき肉と豆のケチャップ煮 オニオンスープ ウィンナー	牛乳 ミニパン	手作りヨーグルト	鶏ミンチと野菜のトマト煮 ほうれん草のソテー オニオンスープ
土 2.16	肉うどん 二色野菜の香味漬け	牛乳 果物 お菓子	牛乳 せんべい	具沢山そうめん きゅうりと人参のサラダ
月 4.18	シーフードナポリタン 具沢山スープ	牛乳 ジャムサンド	手作りヨーグルト	煮込みうどん 野菜の和え物
火 5.19	魚の変わりフライ ほうれん草ののり和え 大根のみそ汁	お茶 オレンジゼリー お菓子	牛乳 チーズ	白身魚と野菜のコトコト煮 ほうれん草の和え物 大根のみそ汁
水 6.20	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ 果物	牛乳 スキムミルク入り 大学芋	牛乳 丸ボーロ	クリームシチュー キャベツのサラダ 果物
木 7.21	魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 かぼちゃのみそ汁	飲むヨーグルト お菓子	牛乳 ビスコ	白身魚の照り焼き 大豆とひじきの柔らかか煮 かぼちゃの煮物みそ汁
金 8	白菜と肉だんごのスープ煮 おからサラダ 果物	お茶 お好み焼き	手作りヨーグルト	白菜と鶏団子のスープ おからサラダ 果物
土 9.23	豚肉の柳川風 きゅうりの塩昆布和え	牛乳 ミニパン	牛乳 せんべい	野菜たっぷりのおじや きゅうりの和え物

小麦粉、ベーキングパウダー、卵、溶かしバター、砂糖、100%野菜ジュースを混ぜ合わせアルミカップに入れて蒸したもの。

①じゃが芋、人参はゆがく。②炒めた牛挽肉、玉ねぎにトマト水煮缶、ゆで大豆に①を加え、ケチャップ、コンソメ、ソース、スキムミルク、塩こしょうで味付けする。最後にパセリ、粉チーズを散らしたもの。

①さつま芋を乱切りにし、油で揚げる。②スキムミルクをお湯で溶かす。③鍋にバター、砂糖、②を合わせ火にかけ①を入れて絡めたもの。

おから、ハム、きゅうり、炒り卵を塩こしょう、しょうゆ、マヨネーズで和えたサラダ。



- ★12月22日(金) お弁当の日
- ★12月25日(月) お誕生会

【メニュー】

- ・タンドリーチキン
- ・ラップおにぎり
- ・コールスローサラダ
- ・ウィンナー
- ・コーンスープ

【3時のおやつ】

- ・カルピス
- ・マドレーヌ

