

# 1月の献立表

日	曜日	午前おやつ (未満児)	離乳食	昼食	午後おやつ	午後おやつ (離乳食)
4	月		野菜おじや	福笑い御飯、切干大根の煮物、すまし汁	きんとんパイ 牛乳	米粉マフィン
5	火		小松菜と白菜のホワイトソース煮	食パン、鶏肉のマーマレード焼き、小松菜と塩昆布の和え物、スープ	★オリジナル★ ヨーグルトムース 麦茶	ヨーグルト
6	水	スキムミルク	ツナソテー	ツナピラフ、チンジャオロース、味噌汁、みかん	ハムチーズ蒸しパン 牛乳	お野菜蒸しパン
7	木		七草粥	七草粥、春雨と挽肉の炒め物、チキンナゲット	いちごのクリームあん サンド、牛乳	バナナ
8	金		炒り豆腐	白飯、豆腐入り松風焼き、中華風サラダ、すまし汁	りんご、菓子 麦茶	りんごのすりお ろし煮
9	土		野菜おじや	カレーライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
10	日		ヘビーランチ (月齢に応じて)	ハヤシライス、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	ワッフル 野菜ジュース	乳児用菓子
11	月		ヘビーランチ (月齢に応じて)	焼きおにぎり、唐揚げ、バナナ、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
12	火		魚のほくし煮	食パン(ブルーベリーorりんごジャム)、魚のあけぼの焼き、 大根サラダ、スープ	蒸かし芋、牛乳	蒸かし芋
13	水	スキムミルク	煮込みパスタ	チキンとトマトのクリームスパゲッティ、星ポテ、 ブロッコリー、味噌汁	【おにぎりDAY】 鮭コーンおにぎり 牛乳	おにぎり
14	木		スクランブル エッグ	ナシゴレン風炒め御飯、ホイコーロー、すまし汁、バナナ	プリン、麦茶	バナナ
15	金		ほうれん草ソテー	白飯、納豆の揚げ団子、ポパイサラダ、スープ、柑橘ゼリー	今川焼き、牛乳	いちごスティック
16	土		煮込みうどん	五目うどん、ヨーグルト、バナナ、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
17	日		ヘビーランチ (月齢に応じて)	カレーライス、オレンジゼリー、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
18	月		野菜のコンソメ煮	中華おこわ、白菜とベーコンのコンソメ煮、味噌汁	バナナ、小魚 牛乳	バナナ
19	火		魚のホワイト ソース煮	白飯、魚のステーキ、マカロニサラダ、 すまし汁、 <a href="#">ぶどうorみかんゼリー</a>	たこ焼き、麦茶	乳児用菓子
20	水	スキムミルク	煮込みうどん	五目ラーメン、バンバンジー、いちご	アップルドーナツ 牛乳	いちご
21	木		卵おじや	唐揚げ入りカレーライス、コールスローサラダ、スープ	ケーキ、麦茶	米粉マフィン
22	金		ポテトの甘煮	白飯、水餃子、厚揚げ入り麻婆春雨、りんご	ポテト洋風おやき 牛乳	ポテトおやき
23	土		野菜おじや	わかめ御飯、切干大根の煮物、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
24	日		ヘビーランチ (月齢に応じて)	ふりかけ御飯、ミートボール、バナナ、味噌汁	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子
25	月		かぼちゃの マッシュ	すき焼き丼、ほうれん草ナムル、味噌汁	菓子、小魚 牛乳	乳児用菓子
26	火		炒り卵	ロールパン、変わり茶碗蒸し、春雨の胡麻マヨサラダ、スープ	アメリカンドック 牛乳	いちごスティック
27	水	スキムミルク	煮込みうどん	ほうとう風うどん、五目うま煮、フルーツヨーグルト	カレーパンサンド 牛乳	ヨーグルト
28	木		野菜のコンソメ煮	かやく御飯、キャベツの卵とじ、すまし汁	バナナチョコチップ ケーキ、牛乳	バナナ入り蒸しパン
29	金		魚のほくし煮	白飯、鮭のマリネ、ひじきと小松菜のサラダ、味噌汁	みかん 野菜チップス 麦茶	みかん
30	土			〈 新 入 児 面 接 〉		
31	日		ヘビーランチ (月齢に応じて)	ハヤシライス、ヨーグルト、味噌汁、麦茶	菓子 野菜ジュース	乳児用菓子