



	14・28(金)	15・29(土)	17(月)	19(水)	20(木)	22(土)	24・31(月)	25(火)
10時	●牛乳● ■ビスケット● 3g	●牛乳● ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 3g	●牛乳● ■ソフトせん 2枚	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ぱりんこ(しお味) 1枚	●牛乳● ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 3g	●牛乳● ■ソフトせん 2枚	●牛乳● ■まあるいクラッカーミニ 2枚
昼	ごはん(しそふりかけ) 鮭とかぶの クリームシチュー はくさいと豚肉の オイマヨいため	すき焼井 みそ汁	救給カレー 切干大根の煮物 ジュース (3~5歳児) とうもろこし	大根のみそ味噌ごはん 肉のマヨいため 煮びたし すまし汁	ごはん(かつおふりかけ) 豆腐入りつくねの あんかけ風 ひたし すまし汁	ごはん 豆腐のソースいため みそ汁	山形パン うどんすき 切干大根の甘酢	ごはん 鶏肉と野菜のスープ 大根と牛肉の 土手煮風 ゼリー
3時	●牛乳● 大学芋	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■ミニひじきあられ 1・1袋	●牛乳● クラッカーの ジャムサンド	●牛乳● よもぎ蒸しパン	茶 ●ヨーグルト● ▲りんご ■ミニ野菜スナック 1・1/2袋	●牛乳● ▲デコボン缶詰 2・2個 ■ミニひじきあられ 1・1袋	●牛乳● ビーフドリア	●牛乳● ▲ぼんかん ■あまからせん 3・2袋
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>ゆかり(国産赤しそ) 0.50</li> <li>●生鮭(冷)角切 25.00</li> <li>酒 0.30</li> <li>▲玉ねぎ 30.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>水 70.00</li> <li>ブイオン(無添加) 0.75</li> <li>▲かぶ 30.00</li> <li>■上新粉 4.00</li> <li>●牛乳● 30.00</li> <li>塩 0.30</li> <li>▲プロッコリー 10.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲はくさい 50.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>オイスターソース 3.00</li> <li>■マヨドレ 1.50</li> <li>本みりん 1.50</li> <li>酒 1.20</li> <li>塩 少々</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■さつま芋 70.00</li> <li>■なたね揚げ油 2.10</li> <li>■砂糖 10.00</li> <li>水 5.00</li> <li>米酢 0.50</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●牛肉 20.00</li> <li>糸こんにゃく 10.00</li> <li>▲はくさい 30.00</li> <li>▲小松菜 5.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲長ねぎ 5.00</li> <li>■キャノーラ油 1.50</li> <li>■砂糖 3.60</li> <li>しょうゆ(濃) 5.40</li> <li>しょうゆ(濃) 5.40</li> <li>●さつま芋 40.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>●みそ 6.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>救給カレー 1・1袋</li> <li>▲切干大根 7.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲干しいたけ 0.50</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 1.30</li> <li>しょうゆ(淡) 1.00</li> <li>水 40.00</li> <li>けずりぶし 1.20</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>▲野菜ジュース・みかんミックス 1・1/2本</li> <li>(3~5歳児)</li> <li>▲カットコーン(冷) 1個</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■ルヴァン・クラッカー 6・4枚</li> <li>■いちごジャム 12・8</li> <li>0歳児はクラッカー4枚(ジャムは塗らない)</li> <li>▲えのきたけ 10.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>しょうゆ(淡) 5.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 20.00</li> <li>ベーキングパウダー 1.60</li> <li>よもぎ粉 0.35</li> <li>■砂糖 7.20</li> <li>塩 0.10</li> <li>水 20.00</li> <li>■キャノーラ油 4.00</li> <li>■ゆであずき(缶) 2.50</li> <li>ホイルケース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 55.00</li> <li>水 75.00</li> <li>けずりぶし 2.30</li> <li>▲大根 10.00</li> <li>●ちりめんじゃこ 5.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>●みそ 3.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.50</li> <li>酒 3.20</li> <li>▲絹さや 3.00</li> <li>●牛肉 40.00</li> <li>酒 0.75</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>■砂糖 0.30</li> <li>■キャノーラ油 0.40</li> <li>しょうゆ(濃) 0.50</li> <li>■マヨドレ 1.00</li> <li>▲はくさい 50.00</li> <li>▲金時人参 10.00</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 1.80</li> <li>だし汁 15.00</li> <li>▲えのきたけ 10.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>しょうゆ(淡) 5.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 20.00</li> <li>ベーキングパウダー 1.60</li> <li>よもぎ粉 0.35</li> <li>■砂糖 7.20</li> <li>塩 0.10</li> <li>水 20.00</li> <li>■キャノーラ油 4.00</li> <li>■ゆであずき(缶) 2.50</li> <li>ホイルケース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>かつおふりかけ 0.70</li> <li>●豆腐(冷) 25.00</li> <li>●鶏挽肉 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 25.00</li> <li>■キャノーラ油 少々</li> <li>■米パン粉 6.00</li> <li>■なたね揚げ油 9.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.20</li> <li>本みりん 2.20</li> <li>■砂糖 2.20</li> <li>水 25.00</li> <li>■かたくり粉 1.00</li> <li>水 2.00</li> <li>▲きゃべつ 40.00</li> <li>▲ちんげん菜 10.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.30</li> <li>だし汁 1.80</li> <li>■焼ふ(野菜入り) 3.00</li> <li>▲大根 20.00</li> <li>しょうゆ(淡) 5.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●豆腐(冷) 35.00</li> <li>●牛肉 25.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>酒 1.25</li> <li>▲はくさい 25.00</li> <li>▲ちんげん菜 25.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>オイスターソース 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.70</li> <li>■砂糖 0.30</li> <li>水 1.00</li> <li>■キャノーラ油 0.30</li> <li>■じゃが芋 30.00</li> <li>▲ねぎ 2.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>●ローズハム 5.00</li> <li>▲切干大根 4.00</li> <li>▲もやし 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲きゅうり 5.00</li> <li>■キャノーラ油 0.20</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.50</li> <li>米酢 1.20</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 16.00</li> <li>水 24.00</li> <li>●牛肉 15.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲マッシュルーム缶 3.00</li> <li>■キャノーラ油 0.50</li> <li>水 20.00</li> <li>ハヤシルウ(顆粒) 2.50</li> <li>■米パン粉 1.00</li> <li>ホイルケース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>■山形ハニーロール●</li> <li>■干しうどん 30.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲大根 5.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲はくさい 15.00</li> <li>だし汁 20.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.70</li> <li>本みりん 0.80</li> <li>水 180.00</li> <li>だし昆布 0.27</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>しょうゆ(淡) 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>本みりん 4.50</li> <li>●牛肉 15.00</li> <li>▲大根 55.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>こんにゃく 15.00</li> <li>▲土しよが 1.00</li> <li>▲ねぎ 1.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>酒 5.00</li> <li>だし汁 30.00</li> <li>●赤だしみそ 3.00</li> <li>●みそ 1.00</li> <li>本みりん 5.40</li> <li>■砂糖 0.45</li> <li>しょうゆ(濃) 0.90</li> <li>▲やさしいゼリー 1・1個(キャロット&amp;オレンジ)</li> </ul>	
	<p>1月17日は防災給食を食べます</p> 							
	<p>10時は0~2歳児だけです。材料の分量は3~5歳児分、0~2歳児は3~5歳児の約80%です。材料の分量の単位は「g」です。</p> <p>10時と3時の牛乳は、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・10時……0~2歳児100ml</li> <li>・3時……3~5歳児170ml・0~2歳児100mlです。</li> </ul> <p>3時のヨーグルト・ゼリーは、3~5歳児・0~2歳児とも1個です。</p> <p>昼の主食は</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パンの量……3~5歳児50g・0~2歳児40g(ただし麺類の時は量を減らしています)</li> </ul>				<p>3時に使用している果物の量は</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「3~5歳児・0~2歳児」</li> <li>りんご 1/4個・1/6個</li> <li>みかん 1個・1/2個</li> <li>ぼんかん 1/2個・1/2個</li> </ul> <p>*ヨーグルトの時など、組み合わせにより、量が異なることもあります。</p>			

