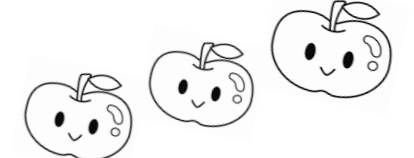


	12(水)・27(木)	13(木)	14・28(金)	15・29(土)	17・31(月)	25(火)	26(水)
10時	●牛乳● ■おこめリング 5個	●牛乳● ■根昆布あられ 3個	●牛乳● ■ひとくちビスケット● 2個	●牛乳● ■満月ポン 1枚	●牛乳● ■ひじきスティック● 1本	●牛乳● ■たべっ子ベイビー・おやさい 3個	●牛乳● ■根昆布あられ 3個
昼	パン さつまいものコロケ ゆできゃべつの マヨドレ添え わかめのスープ	ごはん 肉と野菜のスープ 切干大根の煮物 ゼリー	ごはん ぶりの照り焼 煮びたし みそ汁	すき焼井 みそ汁	山形パン 五目うどん はくさいと豚肉の 甘酢煮	さつまいもごはん 鶏肉のマーマレード煮 煮びたし つみれ汁	ごはん 肉と野菜のスープ 牛肉とごぼうの やわらか煮 ゼリー
3時	茶 ●ヨーグルト● ▲りんご ■揚げあられ 1・1袋	●牛乳● ▲柿 ■ココアブチクッキー◎ 1・1/2袋	●牛乳● (3~5歳児) きな粉団子 (0~2歳児) マカロニのきな粉かけ	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■野菜スナック 10・8g	●牛乳● コーンパンケーキ	●牛乳● ▲柿 ■ココアブチクッキー◎ 1・1/2袋	●牛乳● 揚げパン
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	<ul style="list-style-type: none"> ■ロールパン● ■ドッグパン● ■さつまいも 36.00 ●ベーコン 15.00 ▲玉ねぎ 18.00 ■キャノーラ油 0.30 ■小麦粉 5.00 水 適量 ■パン粉 7.00 ■なたね揚げ油 7.00 ▲きゃべつ 40.00 塩 少々 ■マヨドレ 6.00 ●わかめ 0.50 ▲大根 20.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●豚肉 15.00 ●豆腐(冷) 20.00 ▲人参 15.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲ちんげん菜 10.00 しょうゆ(淡) 6.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 ▲切干大根 7.00 ▲人参 5.00 ●鶏もも肉 10.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 1.80 しょうゆ(濃) 1.30 しょうゆ(淡) 1.00 だし汁 40.00 ▲グリーンピース(冷) 2.00 ▲やさいゼリー 1・1個 (キャロット&オレンジ) 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●ぶり(冷)皮なし・80g 1/2・1/2切 ▲土しよが 1.00 しょうゆ(濃) 3.00 ■砂糖 0.80 本みりん 0.80 酒 1.00 ▲はくさい 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.80 だし汁 15.00 ■焼ふ 2.00 ▲小松菜 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — (3~5歳児) ■白玉粉 40.00 ●きな粉 4.00 ■砂糖 4.00 塩 少々 (0~2歳児) ■マカロニ 8.00 ●きな粉 3.00 ■砂糖 3.00 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 30.00 糸こんにゃく 10.00 ▲はくさい 30.00 ▲小松菜 5.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲長ねぎ 5.00 ■キャノーラ油 1.50 ■砂糖 3.60 しょうゆ(濃) 5.40 ■さつまいも 35.00 ▲しめじ 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 15.00 水 13.00 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ●ロースハム 5.00 ●ピザ用チーズ● 5.00 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■山形ハニーロール● ■干しうどん 30.00 ●油揚げ(冷) 7.00 ■砂糖 0.70 しょうゆ(濃) 0.70 だし汁 適量 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ねぎ 2.00 しょうゆ(濃) 4.00 しょうゆ(淡) 2.30 水 180.00 だし昆布 0.30 けずりぶし 5.50 ●豚肉 15.00 ▲はくさい 50.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 1.00 だし汁 15.00 しょうゆ(濃) 3.20 米酢 1.30 ■砂糖 0.90 ■かたくり粉 0.90 水 1.80 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 82.50 塩 0.30 ■さつまいも 35.00 ●鶏もも肉 60.00 しょうゆ(濃) 2.50 ■マーマレード 3.60 水 15.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ●いわしつみれ(冷)3・2個 ▲玉ねぎ 15.00 ▲みつば 2.00 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■丸ロール● 1・1個 1.50 ■なたね揚げ油 1.50 ■グラニュー糖 5.00 	



アップルケーキ の作り方 (3・24日実施予定)

- りんご…皮をむき芯をとり、8等分して、2mm位のうす切り。
- 小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるう。
- ボールにバターを入れ、木じゃくしでクリーム状になるまで練り、砂糖を2~3回に分けて加えてよく混ぜる。
- ③に②の粉を加えて混ぜ、りんごと水を加えて混ぜる。
- ホイールケースに④を入れ、あたためておいたオーブンで焼く。
[180~200℃で約20分]



10時は0~2歳児だけです。
材料の分量は3~5歳児分で、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。

10時と3時の牛乳は、
・10時…0~2歳児100ml
・3時…3~5歳児170ml・0~2歳児100mlです。
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。

昼の主食は
・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)

【食品名の印について】
食品名の左側についている印は、
■…熱や力となるもの
●…血や肉となるもの
▲…体の調子をととのえるもの です。

アレルギー表示のため、卵・乳を含む食品の
右側に印をつけています。
卵を含む食品…○
乳を含む食品…●
卵・乳を含む食品…◎