

[illegible]

11(火)・26(水)		12(水)・25(火)		13・27(木)		14(金)		18(火)		20(木)		21・28(金)		22(土)	
10時	●牛乳● ■ベビーせんべい 1枚	●牛乳● ■昆布の香り 4g	●牛乳● ■たべっ子ベイベー ビスケット 3個	●牛乳● ■満月ポン 1枚	●牛乳● ■ベビーせんべい 1枚	●牛乳● ■たべっ子ベイベー ビスケット 3個	●牛乳● ■満月ポン 1枚	●牛乳● ■ルヴァン・全粒粉 クラッカー 1枚							
昼	ごはん(わかめ) 筑前煮 みそ汁	ごはん 白身魚の磯辺揚げ 煮びたし すまし汁	ロールパン ミネストローネ きゃべつの 豆乳グラタン	たき込みごはん 焼き魚(鮭) 煮びたし みそ汁	ごはん さばのソース煮 いためサラダ みそ汁	丸ロール 鶏肉の南蛮煮 焼き野菜 野菜のスープ	カレーライス はりはり煮 (3～5歳児) ゼリー	ごはん(わかめ) 肉と野菜のスープ 蒸し野菜の マヨドレ添え							
		12日 ●牛乳● コーンとハムの パンケーキ	●牛乳● ▲ももゼリー	●牛乳● ▲黒糖蒸しパン	●のむヨーグルト● 110・65ml レモン蒸しパン	▲野菜ジュース (オリジナル) 200・100ml ■米粉のカップケーキ ・メープル 1・1個	●牛乳● ▲すいか ■揚げあられ 1・1袋	●牛乳● ▲りんご缶詰 2・1個 ■ぱりんこ (のりしお味) 1・1袋							
3時	●牛乳● 焼きそば	25日 ●のむヨーグルト● 110・65ml レモン蒸しパン	13日 ■胚芽クッキー 1・1袋 27日 ■あまからせん 2・1袋												
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	■米 水 わかめふりかけ 0.50 ●鶏もも肉 ●焼竹輪(冷) ●ミニ絹厚揚げ(冷) ▲大根 ▲人参 ▲新ごぼう ■キャノーラ油 ■砂糖 しょうゆ(濃) しょうゆ(淡) 本みりん 水 けずりぶし ▲グリーンピース(冷) ■焼ふ ▲えのきたけ ▲みつば ●みそ 水 けずりぶし ― 手作りおやつ ― ■中華めん(乾) ●ポークウィンナー ▲きゃべつ ▲玉ねぎ ■キャノーラ油 ウスターソース トマトケチャップ しょうゆ(濃) 塩	■米 水 「 ●カラスガレイ・冷50g 「 ■塩 「 ■小麦粉 「 水 「 ●青粉 ■なたね揚げ油 ●焼豚 ▲ちんげん菜 ▲はくさい ■砂糖 しょうゆ(濃) だし汁 ▲大根 ●わかめ ●はくさい 水 けずりぶし ― 12日の手作りおやつ ― ■ケーキックス粉 水 ▲ホールコーン(冷) ●ロースハム ■キャノーラ油 ― 25日の手作りおやつ ― ■ケーキックス粉 ベーキングパウダー ▲レモン(国産)(汁) レモン(国産)(皮) ■砂糖 水 ホイルクース	■ロールパン● ●豚肉 ▲玉ねぎ ■じゃが芋 ▲人参 ■キャノーラ油 ■砂糖 ▲カットマト トマトケチャップ しょうゆ(濃) ポークブイヨン 水 塩 「 ▲きゃべつ 「 ▲玉ねぎ 「 ●ベーコン 「 ■キャノーラ油 「 塩 「 ■上新粉 ●豆乳クリーム ●ピザ用チーズ● ホイルクース	■米 水 だし昆布 けずりぶし ●鶏もも肉 ▲人参 ▲新ごぼう しょうゆ(淡) しょうゆ(濃) 塩 ▲グリーンピース(冷) ●生鮭皮なし・冷40g 塩 ▲きゃべつ ▲小松菜 ■砂糖 しょうゆ(濃) だし汁 ■焼ふ ▲玉ねぎ ▲ねぎ ●みそ 水 だし昆布 けずりぶし ― 手作りおやつ ― 「 ■小麦粉 「 ベーキングパウダー ■黒砂糖 水 「 ■キャノーラ油 ホイルクース	■米 水 ●さば・冷・70g ▲土しょうが ウスターソース ■砂糖 酒 しょうゆ(濃) 水 ▲きゃべつ ▲人参 ▲きゅうり ■キャノーラ油 ■砂糖 米酢 しょうゆ(濃) ●白みそ ■焼ふ ▲玉ねぎ ●わかめ ●みそ 水 けずりぶし ― 手作りおやつ ― ■ケーキックス粉 ベーキングパウダー ▲レモン(国産)(汁) レモン(国産)(皮) ■砂糖 水 ホイルクース	■丸ロール● 「 ●鶏もも肉 「 塩 「 ■小麦粉 「 水 ■なたね揚げ油 「 トマトケチャップ 「 しょうゆ(濃) 「 水 ●ポークウィンナー ■フライドポテト冷 ▲玉ねぎ ■キャノーラ油 塩 ▲きゃべつ ▲人参 ▲干しいたけ(スライス) しょうゆ(淡) 水 ブイヨン(無添加)	「 ■米 「 水 「 ●牛肉 「 ▲人参 「 ▲玉ねぎ 「 ■じゃが芋 「 ■キャノーラ油 「 水 「 21日 カレールウ 「 28日 カレーフレーク 「 塩 ●きざみ昆布 ▲切干大根 ▲ちんげん菜 ●シーチキン缶 ▲ホールコーン(冷) しょうゆ(濃) 「 ■砂糖 「 本みりん 「 米酢 「 塩 (3～5歳児) ▲りんごゼリー50	■米 水 わかめふりかけ 0.50 ●豚肉 ■はるさめ ▲人参 ▲はくさい ▲ねぎ しょうゆ(淡) 水 けずりぶし 「 ●ポークウィンナー 「 ■じゃが芋 「 ▲ブロッコリー 「 塩 ■マヨドレ							
	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)														