

日曜	献立 ()は3歳未満児献立	材 料 名			
		黄	赤	緑	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
02月	ご飯	米			
	あんかけうどん	うどん、片栗粉	鶏肉	はくさい、にんじん、ねぎ、しいたけ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩
	納豆みそ	ごま、砂糖	豚ひき肉、納豆、みそ	ねぎ	酒、みりん
	バナナ			バナナ	
	牛乳		牛乳		
	おからドーナツ（おからのパンケーキ）	米粉、砂糖、油	おから、きな粉		ベーキングパウダー
03火	節分ドライカレーライス	米、油、米粉	豚ひき肉、大豆	たまねぎ、にんじん、ピーマン、レーズン、にんにく、しょうが	ケチャップ、ソース、洋風だしの素、カレー粉
	青菜のツナ和え		ツナ缶	はくさい、こまつな、にんじん	しょうゆ
	みかん			みかん	
	果汁入り野菜ジュース			果汁入り野菜ジュース（鉄）	
	おにまんじゅう	さつまいも、米粉、砂糖、片栗粉			ベーキングパウダー
04水	ご飯	米			
	はまちのケチャップ和え	油、片栗粉、砂糖	はまち		ケチャップ、しょうゆ、塩
	ブロッコリーのごま和え	ごま、砂糖		はくさい、ブロッコリー、にんじん	しょうゆ
	ふのすまし汁	麩		たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、にんじん	だし汁、しょうゆ、塩
	牛乳		牛乳		
	せんべい	塩せんべい			
05木	わかめご飯	米			
	焼きそば	焼きそばめん、油	豚肉	たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、あおのり	ソース、塩
	中華スープ		豆腐	たまねぎ、ねぎ、にんじん、コーン、しいたけ	しょうゆ、中華だしの素
	金時煮豆	砂糖	いんげんまめ		しょうゆ
	牛乳		牛乳		
	バナナ			バナナ	
06金	ご飯	米			
	雷豆腐	砂糖、油、ごま油	豆腐、豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、ごぼう、グリンピース、しいたけ、しょうが	しょうゆ
	大根サラダ	マヨネーズ	ハム	だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ	しょうゆ、酢
	オレンジ			オレンジ	
	牛乳		牛乳		
	ココアホットケーキ	ホットケーキミックス、油			ココア
09月	ご飯	米			
	冬野菜シチュー	じゃがいも、さといも、米粉、コーンスターチ、油	豆乳、鶏肉	はくさい、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー	洋風だしの素、塩
	春雨サラダ	はるさめ、ごま油、砂糖	ハム	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうが	酢、しょうゆ
	いよかん			いよかん	
	鶏そぼろおにぎり	米	鶏ひき肉	あおのり	酒、しょうゆ
10火	ご飯	米			
	さばのみそ煮	砂糖	さば、みそ	しょうが	酒、みりん、しょうゆ
	ゆかり和え			もやし、こまつな、にんじん	ふりかけ
	白菜のすまし汁		豆腐	はくさい、たまねぎ、ねぎ、にんじん	だし汁、しょうゆ、塩
	牛乳		牛乳		
	にんじん蒸しパン	米粉、砂糖、油		オレンジジュース、にんじん	ベーキングパウダー、酢
12木	ご飯	米			
	揚げ鶏の甘辛	油、片栗粉、砂糖	鶏肉	しょうが	しょうゆ、みりん、塩
	コールスローサラダ	油、砂糖		キャベツ、にんじん、コーン、きゅうり	酢、塩
	さつまいものレモン煮	さつまいも、砂糖		レモン	
	フルーツ豆乳クリームかけ	コーンフレーク（無糖）、砂糖、米粉	豆乳	バナナ、パイナップル、みかん、レーズン	
13金	ご飯	米			
	ポテトのミートグラタン	じゃがいも、油、米粉	豚ひき肉、チーズ	たまねぎ、にんじん	ケチャップ、洋風だしの素、しょうゆ
	豆腐のあったかスープ	片栗粉	豆腐	たまねぎ、にら、コーン	中華だしの素、塩
	オレンジ			オレンジ	
	牛乳		牛乳		
	バレンタインクッキー	小麦粉、油、砂糖			ココア
16月	ご飯	米			
	豚肉と大根の旨煮	砂糖、ごま油	豚肉	だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが	しょうゆ、だし汁
	ポパイサラダ	マヨネーズ	ツナ缶	キャベツ、ほうれんそう、にんじん	酢、しょうゆ
	オレンジ			オレンジ	
	牛乳		牛乳		
	いも餅	じゃがいも、片栗粉、油		のり	しょうゆ、塩

