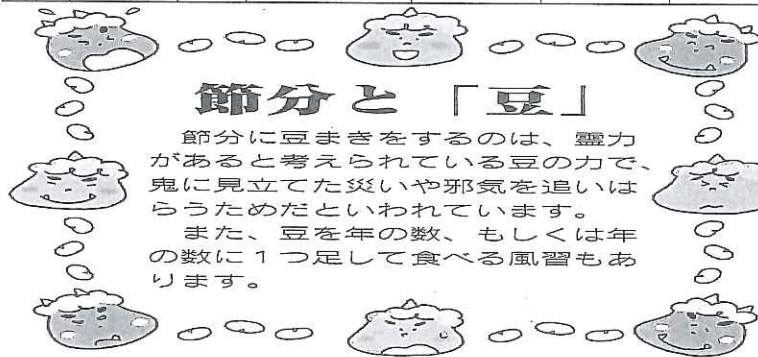




日	曜	10時おやつ	主食	昼食献立名	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	土		パン	ぎゅうにゅうフルーツソーセージ	ロールパン	牛乳、ソーセージ	フルーツ	おちゃおかし
2	日							
3	月	ぎゅうにゅうひじきスティック	ごはん	おにさんランチかみなりじるしゅうまいみかん	せつぶん こんだて 米、油、ごま油、砂糖			おちゃ ぱりんこ <small>うぐいすち(2歳児以上)</small>
4	火	ぎゅうにゅうビスコ	ごはん	さかなのたれつけなっとうあえみそじる	油、片栗粉、小麦粉、砂糖、米	たら、ミルク、挽きわり納豆、厚揚げ、みそ、にぼし	だいこん、もやし、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、えのきたけ	ミルク おとつと
5	水	ぎゅうにゅうカルシウムごません	ごはん	とりにくのてりやきだいこんのツナあえみそじる	砂糖、油、片栗粉、米	鶏肉、ツナ水煮缶、みそ、にぼし、薄揚げ	バナナ、だいこん、もも缶、はくさい、パイン缶、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、すりごま、しょうが	フルーツポンチ
6	木	ぎゅうにゅうムーンライト	ごはん	ぎょうざたきあわせかふうあえ	じゃがいも、油、米	牛乳、焼き豆腐、卵、かつお節	オレンジ、ほうれんそう、にんじん、突きこんにゃく、きゅうり、こんぶ	ぎゅうにゅう オレンジ
7	金	ぎゅうにゅうクラッカー	パン	ごもくうどんスモールパインおひたし	ゆでうどん、砂糖、ロールパン	鶏肉、卵、ちくわ、かつお節	はくさい、にんじん、パイン缶、たまねぎ、ほうれんそう、きゅうり、ねぎ、こんぶ、干しいたけ	ヨーグルジョイ まるボーロ
8	土		パン	ぎゅうにゅうフルーツソーセージ	ロールパン	牛乳、ソーセージ	フルーツ	おちゃ おかし
9	日							
10	月	ぎゅうにゅうてつりウエハス	ごはん	ポークカレーふくしんづけフルーツサラダ	じゃがいも、油、米	ミルク、豚肉、ヨーグルト、グリーンピース	たまねぎ、バナナ、にんじん、もも缶、みかん缶、パイン缶、福神漬	ミルク りんごゼリー
11	火							
12	水	ぎゅうにゅう雪の宿	ごはん	さばのみそにこまつなとコーンのおひたし プロックリーみそじる	ぎといも、米	牛乳、絹ごし豆腐、みそ、にぼし、さば	りんご、プロックリー、はくさい、ほうれんそう、もやし、にんじん、ねぎ、コーン	ぎゅうにゅう りんご
13	木	ぎゅうにゅうバナナ	ごはん	ココットむし かぼちゃのにも コンソメスープ	砂糖、油、米	卵、ミルク、豚肉	かぼちゃ、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん	ミルク どうぶつビスケット
14	金	ぎゅうにゅうハーベスト	ごはん	メープルアイチキン ポイルやさい すまし汁	ホットケーキ粉、油、片栗粉、メープルシロップ、米	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、卵、かつお節	プロックリー、にんじん、えのきたけ、しめじ、ねぎ、しいたけ、こんぶ	ぎゅうにゅう ココアむしぼん
15	土		パン	ぎゅうにゅうフルーツソーセージ	ロールパン	牛乳、ソーセージ	フルーツ	おちゃ おかし
16	日							

日	曜	10時おやつ	主食	昼食献立名	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
					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	
17	月	ぎゅうにゅうマリー	ごはん	はくさいのクリームに きんぴらごぼう プロックリー	じゃがいも、砂糖、油、米	ミルク、牛乳、豚肉、さつま揚げ	はくさい、たまねぎ、プロックリー、にんじん、ごぼう、いんげん、ごま、グリーンピース	ミルク バームクヘン
18	火	ぎゅうにゅうカルシウムせんべい	ごはん	豆乳コーンコロッセ プロックリー 人参の甘煮 すましじる	豆乳コーンコロッセ、油、米	牛乳、絹ごし豆腐、たんぱん、卵、かつお節	たまねぎ、トマト、プロックリー、にんじん、ねぎ、こんぶ	ぎゅうにゅう オールシーズン
19	水	とうにゅうソフトサラダ	ごはん	やきざかなごまつなのごまあえみそじる	アレルギーフリー のひ 油、砂糖、米			おちゃ ぱりんこ
20	木	ぎゅうにゅうりんご	ごはん	ポテトオムレツ コールスロー みそじる	じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖、米	卵、ミルク、木綿豆腐、ハム、みそ、にぼし	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、ねぎ、コーン缶、きゅうり、プロックリー	ミルク ハッピーターン
21	金	ぎゅうにゅうとんがりコーン	パン	やさしいラーメン プロックリー きりほしあえ	ゆで中華めん、油、ロールパン	ミルク、豚肉	ほうれんそう、プロックリー、キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん、メムマ、ねぎ、切り干しだいこん	ミルク ビスコ
22	土		パン	パン ぎゅうにゅうフルーツソーセージ	ロールパン	牛乳、ソーセージ	フルーツ	おちゃ おかし
23	日							
24	月							
25	火	ぎゅうにゅうマンナビスケット	ごはん	さかなのカレーあぜ かぼちゃの甘煮 こうやどうふのたまごとじ	油、片栗粉、砂糖、米	牛乳、たら、卵、凍り豆腐	バナナ、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、グリーンピース	ぎゅうにゅう バナナ
26	水	ぎゅうにゅうほしたべよ	ごはん	コーンいりざけごはん えびフライ ポイルやさい トマト すましじる	米、パン粉、小麦粉、油	えび、絹ごし豆腐、さけ、卵、かつお節	トマト、キャベツ、ほうれんそう、しいたけ、にんじん、コーン缶、こんぶ、プロックリー	オレンジジュース ケーキ
27	木	ぎゅうにゅうかっぱえびせん	ごはん	なかよしうまにはるさめサラダ スモールパイン	じゃがいも、マカロニ、スパゲティ、砂糖、マヨネーズ、はるさめ、米	牛乳、卵、鶏肉、きな粉、かつお節	たまねぎ、突きこんにゃく、パイン缶、にんじん、きゅうり、キャベツ、いんげん、こんぶ	ぎゅうにゅう マカロニあべかわ
28	金	ぎゅうにゅうオレンジ	ごはん	マーボーどうふ しらすあえ はるまき	油、砂糖、片栗粉、米	木綿豆腐、ミルク、豚肉、みそ、しらす干し	もやし、ねぎ、ほうれんそう、にんじん、たけのこ、にら、しょうが	ミルク えびまんげつ



節分と「豆」

節分に豆まきをするのは、靈力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追いはらうためだといわれています。
また、豆を年の数、もしくは年の数に1つ足して食べる風習もあります。

