



日	曜	前おやつ(3歳未満)	給食: こんだて	「ねつ」や「ちから」になるたべもの	「ち」や「に」になるたべもの	「からだのちようし」をととのえるたべもの	午後のおやつ		
4	火	すきむみるく うえはーす	ごはん かぼちゃのそぼろに みそしる(だいこん)	米 じゃが芋 片栗粉 油 薄力粉 バター ジャム きび糖	スキムミルク 鶏肉 かつお節 豆腐 いりこ 麦みそ 卵 ベーキングパウダー	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 大根 オクラ	すきむみるく ☆すとりべりー まふいん		
5	水	すきむみるく まんなびすけつと	ごはん さかなのやさいあんかけ そーめんじる	米 片栗粉 油 ソーメン 雪の宿	スキムミルク 赤魚 かつお節 油揚げ いりこ	玉ねぎ 人参 インゲン 黒きくらげ わかめ オレンジ	すきむみるく ゆきのやど いりこ・おれんじ		
6	木	すきむみるく まりーびすけつと	ぱん ぼてとぐらたん とまとすーぷ	パン じゃが芋 薄力粉 バター パン粉 マカロニ 米	スキムミルク ツナ ペーコン	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ブロッコリー トマト(缶) コーン 昆布 枝豆	すきむみるく ☆こーんおにぎり えだまめ		
7	金	すきむみるく かるしうむせんべい	ななくさがゆ みかん	米 薄力粉 サンザタ 油 ベーキングパウダー	スキムミルク ソーキ かつお節 卵	白菜 大根 人参 小松菜 春菊 深ねぎ インゲン しいたけ みかん	すきむみるく ☆あんだぎ		
8	土	すきむみるく かんぱん	ごはん ごもくいため みそしる(かぼちゃ)	米 春雨 油 ごま油 ハーベストビスケット	スキムミルク かまぼこ かつお節 鶏肉 いりこ 麦みそ	人参 もやし 玉ねぎ しめじ インゲン かぼちゃ 白菜 にら りんご	すきむみるく はーべすとびすけつと いりこ・りんご		
11	火	すきむみるく べびーせんべい	ごはん とりにくのからあげ きゅうりのごまあえ みそしる(こまつな)	米 油 薄力粉 片栗粉 ごま サブレ	スキムミルク 鶏肉 卵 豆腐 いりこ 麦みそ	きゅうり 人参 大根 小松菜 オレンジ	すきむみるく きたのたまごさぶれ いりこ・おれんじ		
12	水	すきむみるく ばなな	ごはん きんぴらごぼう かきたまじる	米 じゃが芋 油 ホットケーキミックス マヨネーズ	スキムミルク 豚肉 厚揚げ かつお節 卵 竹輪 ウインナー	ごぼう 人参 インゲン もやし にら	すきむみるく ☆ういんなーぱん		
13	木	すきむみるく あすばらびすけつと	ごはん さつまいものうまに みそしる(きやべつ)	米 さつま芋 じゃが芋 油 片栗粉 麩 中華めん	スキムミルク 鶏肉 かつお節 豆腐 いりこ 麦みそ 豚肉	玉ねぎ 人参 インゲン しいたけ チンゲン菜 人参 キャベツ 玉ねぎ	すきむみるく ☆やきそば		
14	金	すきむみるく かるしうむせんべい	ちきんらいす きやべつすーぷ おれんじ	米 油 さつま芋 ホットケーキミックス きび糖 ベーキングパウダー	スキムミルク 鶏肉 かつお節 卵	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン キャベツ もやし えのき ねぎ オレンジ パイン(缶)	すきむみるく ☆ばいんと さつまいものけーき		
15	土	すきむみるく うえはーす	ごはん こうやどうふのにつけ ちゅうかすーぷ	米 油 片栗粉 ごま油 マリ－ビスケット	スキムミルク 高野豆腐 鶏肉 かつお節 カニスティック いりこ	大根 人参 いんげん しいたけ わかめ 白菜 にら バナナ	すきむみるく まりーびすけつと いりこ・ばなな		
17	月	すきむみるく りんご	そーめんちゃんぶる いそべあげ みそしる(ちんげんさい)	ソーメン 油 薄力粉 米 ふりかけ	スキムミルク ツナ いりこ 竹輪 卵 豆腐 麦みそ	玉ねぎ 人参 キャベツ にら チンゲン菜 しめじ 枝豆	すきむみるく ☆おにぎり えだまめ		
18	火	すきむみるく まんなびすけつと	ごはん ぶたにくやさしいため もずくすーぷ	米 油 ごま油 片栗粉 麩 さつま芋 きび糖 バター ごま	スキムミルク 豚肉 厚揚げ かつお節 卵	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし にら 生姜 もずく 小松菜	すきむみるく ☆すいーとぼてと		
19	水	すきむみるく べびーせんべい	ごはん さかなふらい さらだ(どれっしんぐあえ) みそしる(だいこん)	米 薄力粉 パン粉 油 ごまドレ きび糖	スキムミルク 赤魚 卵 油揚げ いりこ 麦みそ 豚レバー	キャベツ 人参 きゅうり 大根 玉ねぎ にら みかん	すきむみるく ☆ればーのみそづけ みかん		
20	木	すきむみるく かんぱん	ごはん ほしだいこんのもの すいとんふうすーぷ	米 油 ワンタン皮 さつま芋 源氏パイ	スキムミルク 鶏肉 厚揚げ かつお節 いりこ	干し大根 人参 こんにやく しいたけ グリンピース 白菜 ねぎ バナナ	すきむみるく げんじばい いりこ・ばなな		
21	金	やくると あすばらびすけつと	<b>おたんじょうかい めにゅー</b>					すきむみるく けーき・おれんじ	
22	土	すきむみるく かるしうむせんべい	ごはん ちくぜんに かきたまじる	米 じゃが芋 油 チョコビスケット	スキムミルク 豚肉 かつお節 卵 豆腐 カニスティック いりこ	れんこん 大根 人参 インゲン しいたけ 小松菜 りんご	すきむみるく ちよいすびすけつと いりこ・りんご		
24	月	すきむみるく うえはーす	ごはん にらたまあんかけ とんじる	米 きび糖 片栗粉 里芋 サンザタ 上もち粉 じゃが芋 油 ベーキングパウダー	スキムミルク 卵 カニスティック 豚肉 麦みそ	にら 玉ねぎ 人参 もやし 大根 チンゲン菜	すきむみるく ☆じゃがいももち		
25	火	すきむみるく まりーびすけつと	かれーらいす とうふさらだ	米 じゃが芋 油 ルウ 雪の宿(黒糖)	スキムミルク 豚肉 豆腐 いりこ	人参 玉ねぎ グリンピース しめじ きゅうり もやし キャベツ 昆布 バナナ	すきむみるく こくとうみるくせんべい いりこ・ばなな		
26	水	すきむみるく りんご	ごはん あつあげのそぼろに あおさじる	米 じゃが芋 片栗粉 油 麩 パン ジャム	スキムミルク 豚肉 厚揚げ かつお節	玉ねぎ 人参 インゲン 青さ もやし ねぎ	すきむみるく ☆じゃむさんど		
27	木	すきむみるく べびーせんべい	ごはん かきあげ もやしのごまあえ みそしる(ちんげんさい)	米 じゃが芋 薄力粉 油 ごま カルピス リッツ	スキムミルク カニスティック 卵 豆腐 いりこ 麦みそ	人参 玉ねぎ グリンピース もやし きゅうり チンゲン菜 なす みかん(缶) もも(缶)	☆かるびすぜりー りつつ		
28	金	やくると ふくろがし	おにぎり おでん みかん	<b>おはなみ えんそく</b>					ぎゅうにゅう ふくろがし
29	土	すきむみるく うえはーす	ごはん ちきんぴーんず みそしる(わかめ)	米 じゃが芋 油 薄力粉 サブレ	スキムミルク 大豆 鶏肉 油揚げ いりこ 麦みそ	玉ねぎ 大根 人参 キャベツ わかめ にら バナナ	すきむみるく さぶれ いりこ・ばなな		
31	月	すきむみるく あすばらびすけつと	ごはん つなころつけ みにとまと みそしる(こまつな)	米 じゃが芋 薄力粉 パン粉 油 きび糖 乾パン	スキムミルク ツナ 卵 豆腐 いりこ 麦みそ 生クリーム	玉ねぎ 人参 コーン トマト 大根 小松菜 みかん(缶)	☆みかんむーず かんぱん		

※行事・材料等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。