

完了期献立予定表



ベビーかろーれ 令和4年 1月

日	曜	昼食			午後おやつ		
		主食	おかず	材料	献立名	材料	
4	18	火	軟飯	鶏肉とキャベツの味噌煮 青のり粉ふきいも ねぎとわかめのすまし汁	精白米、鶏肉、キャベツ、にんじん、じゃがいも、青のり、ねぎ、わかめ	あずきむしパン	ホットケーキミックス、牛乳、あずき
5	19	水	しらすと野菜の煮込みうどん	ほうれんそうサラダ にんじんのスープ	うどん、しらす、しめじ、ほうれんそう、にんじん、のり、マヨネーズ、ベーコン	きなこクッキー	薄力粉、きな粉
6	20	木	軟飯	鶏肉のトマトチーズ焼き キャベツ・ニンジン・キュウリのサラダ きのこスープ	精白米、鶏肉、たまねぎ、トマト、ピーマン、チーズ、キャベツ、にんじん、きゅうり、しめじ	わかめおにぎり	精白米、わかめ
7	-	金	七草風がゆ	松風焼き 切り干し大根煮 豆腐とワカメのお味噌汁	精白米、ほうれんそう、かぶ、だいこん、鶏肉、にんじん、たまねぎ、切り干し大根、しいたけ、油揚げ、豆腐、わかめ	さつまいもとりんごのきんとん	さつまいも、りんご
-	21	金	軟飯	ぶりの照り焼き 白菜のおかか昆布和え 根菜のお味噌汁	精白米、ぶり、白菜、昆布、かつお節、ごぼう、さといも、にんじん、だいこん、しめじ	にんじんとしらすのチヂミ	薄力粉、にんじん、しらす、たまご、ごま油
8	22	土	焼きうどん	ほうれんそうのおかか和え わかめとねぎのスープ	うどん、豚肉、にんじん、キャベツ、しいたけ、ほうれんそう、にんじん、かつお節、マヨネーズ、ねぎ、わかめ、ごま油	焼きおにぎり	精白米
17	24	月	軟飯	鶏ひき肉と豆腐の中華風煮 大根と人参の中華サラダ 青梗菜スープ・フルーツ	精白米、鶏肉、豆腐、ねぎ、えのき、だいこん、にんじん、ごま油、ちんげん菜	お麩ラスク	麩、バター
11	25	火	軟飯	とりひき肉と野菜の煮物 コールスロー ブロッコリーのミルクスープ	精白米、鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、コーン、マヨネーズ、ブロッコリー、牛乳	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、みかん、もも、りんご
12	26	水	軟飯	納豆・焼き鮭 ブロッコリーおかか和え けんちん汁	精白米、納豆、鮭、ブロッコリー、かつお節、だいこん・にんじん・はくさい・しめじ・さといも	ふかしいも	さつまいも
13	27	木	軟飯	グラタン キャベツのフレンチサラダ ほうれん草のスープ	精白米、鶏肉、たまねぎ、牛乳、チーズ、キャベツ、きゅうり、コーン、ほうれんそう、たまご	ツナおかかおにぎり	精白米、ツナ、かつお節
14	28	金	豚汁うどん	かぼちゃのバターきんぴら	うどん、豚肉、ねぎ、しいたけ、だいこん、ごぼう、にんじん、かぼちゃ	ジャムサンド	食パン、いちごジャム
15	29	土	軟飯	キャベツとチーズのサラダ ほうれん草とえのきのスープ フルーツ	精白米、鶏肉、たまねぎ、コーン、キャベツ、にんじん、ツナ、チーズ、ほうれんそう、えのき	むしパン	ホットケーキミックス、牛乳
31	月	月	雪だるまおにぎり (軟飯)	にんじんといんげんの肉巻き カラフルひじきサラダ お雑煮風汁	精白米、豚肉、にんじん、いんげん、ひじき、コーン、ほうれんそう、かつお節、マヨネーズ、だいこん、鶏肉、じゃがいも	おしるこ (お豆腐白玉)	あずき、白玉粉、豆腐

※都合により献立を変更することがございます。
ご了承ください。

