

日	曜日	飲み物	メニュー名	食品名	
2	月	<b>年末年始休園日</b>			
3	火				
4	水	<b>お弁当日</b> ※ お弁当・水筒（水かお茶）・食具・午後おやつ（個包装のもの2つまで） すべてに記名をしてお持ちください。			
5	木				
6	金	昼食	牛乳	カレーうどん さつまいもとレーズンのサラダ	うどん・豚肉・小松菜・玉ねぎ・人参・油揚げ・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・カレールウ さつまいも・レーズン・胡瓜・マヨネーズ
		おやつ	お茶	塩おにぎり	米・塩
7	土	昼食	牛乳	豚丼 味噌汁	米・豚肉・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん・酒 じゃが芋・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	ゼリー クラッカー	りんごジュース・ゼラチン クラッカー
9	月	<b>成人の日</b>			
10	火	昼食	牛乳	鶏たま雑炊 切干大根のサラダ 果物	米・鶏肉・中華だし・しょうが・醤油・塩・小葱・卵・ごま 切干大根・胡瓜・人参・カニカマ・マヨネーズ バナナ
		おやつ	お茶	ふかし芋	さつまいも
11	水	昼食	牛乳	ごはん 肉じゃが 大根の甘酢漬け 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しらたき・いんげん・鰹昆布だし・砂糖・醤油・みりん・塩 大根・塩・みりん・酢・砂糖 納豆・鰹昆布だし・醤油・砂糖 白菜・えのき・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	ヨーグルト&コーンフレーク	ヨーグルト・コーンフレーク
12	木	昼食	牛乳	ごはん たらこの磯辺揚げ 小松菜のナムル 味噌汁 果物	米 たらこ・小麦粉・青のり・塩・油 小松菜・人参・ごま油・塩・ごま しめじ・玉ねぎ・小葱・鰹昆布だし・味噌 オレンジ
		おやつ	お茶	ツナマヨ蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・油・牛乳・ツナ缶・マヨネーズ
13	金	昼食	牛乳	【まゆだま】 お雑煮（関東風） 松風焼き かぶと柿のなます 田作り かまぼこ	もち・鶏肉・大根・人参・里芋・小松菜・しいたけ・鰹昆布だし・醤油・酒・みりん 鶏ひき肉・玉ねぎ・味噌・みりん・酒・砂糖・パン粉・ごま かぶ・柿・醤油・砂糖・酢・塩 かたくちいわし・醤油・みりん・砂糖・ごま かまぼこ
		おやつ	お茶	焼きおにぎり	米・醤油
14	土	昼食	牛乳	あんかけ焼きそば わかめスープ	中華麺・豚肉・玉葱・白菜・人参・しいたけ・生姜・中華だし・酒・砂糖・ オイスターソース・食塩・ごま油・片栗粉
		おやつ	お茶	ジャムサンドクラッカー	わかめ・玉葱・昆布だし・醤油・中華だし・塩・ごま クラッカー・いちごジャム
16	月	昼食	牛乳	ごはん 豚野菜炒め 白和え きのこの生姜スープ	米 豚肉・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・人参・酒・塩・醤油・砂糖・にんにく・中華だし 豆腐・ほうれん草・人参・しいたけ・こんにゃく・すりごま・砂糖・醤油 しめじ・えのき・しょうが・ごま油・鶏がらだし・オイスターソース・塩
		おやつ	お茶	じゃこトースト	食パン・しらす・マヨネーズ・青のり
17	火	昼食	牛乳	わかめごはん 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁 果物	米・わかめ・塩 鶏肉・酒・醤油・しょうが・にんにく・マヨネーズ・片栗粉・油 春雨・人参・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ・醤油・塩 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌 りんご
		おやつ	お茶	ぶどうゼリー クラッカー	ぶどうジュース・ゼラチン クラッカー
18	水	昼食	牛乳	ごはん カレイの煮付け 五目煮 味噌汁	米 カレイ・醤油・みりん・酒・砂糖 こんにゃく・人参・ごぼう・大豆水煮・昆布・醤油・砂糖・みりん・酒・鰹昆布だし・塩 小松菜・玉ねぎ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	焼きそば	蒸し麺・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ウスターソース・ソース・塩

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
19	木	昼食	牛乳	ピビンバ丼 韓国風サラダ わかめスープ	米・豚ひき肉・醤油・みりん・酒・砂糖・しょうが・もやし・人参・小松菜・ごま油・ごま サニーレタス・トマト・胡瓜・玉ねぎ・醤油・酢・砂糖・ごま油・ごま わかめ・玉ねぎ・中華だし・醤油・塩・ごま
		おやつ	お茶	きなこバナナ	バナナ・きな粉・砂糖
20	金	昼食	牛乳	【大寒ホカホカ温まるメニュー】 ごはん 鮭の焼き漬け ふろふき大根 冬野菜の豚汁	米 鮭・醤油・酒・みりん・砂糖 大根・鰹昆布だし・醤油・塩・味噌・砂糖・みりん 豚肉・白菜・しめじ・えのき・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・里芋・鰹昆布だし・味噌・ごま油
		おやつ	お茶	ピザまん	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・油・豚ひき肉・玉ねぎ・ケチャップ・ソース・プロセスチーズ
21	土	昼食	牛乳	鶏丼 味噌汁	米・鶏肉・鰹昆布だし・醤油・酒・みりん・砂糖 小松菜・里芋・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	クッキー	薄力粉・砂糖・マーガリン・牛乳
23	月	昼食	牛乳	ナポリタン キャベツサラダ コンソメスープ 果物	スパゲティ・ウインナー・人参・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・オリーブ油・コンソメ・ケチャップ・砂糖 キャベツ・きゅうり・ちくわ・マヨネーズ・ごま 小松菜・人参・玉ねぎ・コンソメ・しょうゆ キウイ
		おやつ	お茶	ドーナツ	小麦粉・ベーキングパウダー・バター・砂糖・卵・牛乳・油
24	火	昼食	牛乳	ごはん 鶏の照り焼き ほうれん草のごま味噌和え 豚汁	米 鶏肉・片栗粉・しょうゆ・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・人参・味噌・砂糖・みりん・すりごま 豚肉・大根・じゃがいも・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・鰹昆布だし・みそ・ごま油
		おやつ	お茶	お好み焼き	小麦粉・豚肉・キャベツ・コーン・ソース・マヨネーズ・青のり
25	水	昼食	牛乳	ミートボールカレー 白菜フレンチサラダ 果物	米・牛ひき肉・豚ひき肉・人参・卵・パン粉・牛乳・塩・玉ねぎ・カレールウ 白菜・人参・コーン・油・酢・砂糖・塩 みかん
		おやつ	お茶	フルーツヨーグルト	バナナ・みかん缶・ヨーグルト
26	木	昼食	牛乳	ごはん ポークチャップ マカロニサラダ 春雨スープ	米 豚肉・玉ねぎ・人参・エリンギ・ピーマン・トマトケチャップ・にんにく・塩・コンソメ・砂糖・オリーブ油 マカロニ・ハム・胡瓜・コーン・マヨネーズ・塩 春雨・人参・ねぎ・卵・コンソメ・塩・醤油
		おやつ	お茶	さつま芋スティック (シュガーバター風味)	さつま芋・砂糖・バター
27	金	昼食	牛乳	コストコパン 白身魚フライ タルタルソース 青菜とコーンのソテー ミネストローネ	パン・いちごジャム・マーガリン メルルーサ・塩・小麦粉・パン粉・油・玉ねぎ・卵・マヨネーズ・塩 ほうれん草・コーン・ベーコン・マーガリン・塩 トマト缶・キャベツ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ベーコン・コンソメ・塩
		おやつ	お茶	おかかおにぎり	米・鰹節・醤油
28	土	昼食	牛乳	五目チャーハン 味噌汁	米・豚バラ肉・葱・卵・中華だし・塩・しょうゆ キャベツ・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	バナナ せんべい	バナナ せんべい
30	月	昼食	牛乳	きのこ炊き込みごはん 芋煮汁(味噌) 野菜の浅漬け 果物	米・しめじ・えのき・油揚げ・塩・醤油・みりん・小葱 里芋・豚肉・葱・こんにゃく・厚揚げ・しいたけ・味噌・醤油・みりん・酒・砂糖・鰹昆布だし 白菜・人参・塩昆布 りんご
		おやつ	お茶	すりごまトースト	食パン・バター・砂糖・すりごま
31	火	昼食	牛乳	ごはん レバーナッツ 海藻サラダ 味噌汁	米 レバー・酒・醤油・しょうが・片栗粉・油・かぼちゃ・じゃがいも・さつま芋・砂糖・アーモンド ひじき・わかめ・キャベツ・胡瓜・人参・砂糖・みりん・りんご酢・塩・醤油 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	お茶	鮭おにぎり	米・鮭・塩