

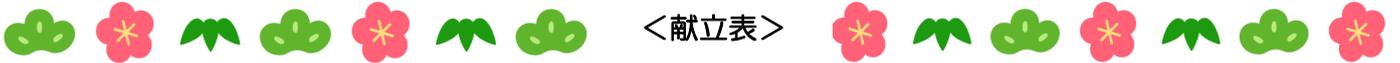


新年、明けましておめでとうございます。

まだまだ寒さが厳しい季節ですが、  
手洗いやうがいをしっかり行い、  
元気いっぱい過ごしてもらいたいと思います♪

### \*絵本のりょうりメニュー\*

・16日【ミートスパゲティ】  
(あっちゃんあがつく)より



### <献立表>

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
昼食			<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■とり肉のてりやき</b> とりにく りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 <b>■ほろれんごのごま和え</b> ほろれんご にんじん <b>■白ごま</b> ごま油 さとう 濃口しょうゆ <b>■ぶどうゼリー</b> ぶどう <b>■たまねぎのみそ汁</b> たまねぎ <b>★さつまあげ</b> カットわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■さわらの刺身焼き</b> さわら りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ゆず果汁 <b>■松風焼き</b> 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ しょうが かたくり粉 みそ りょうり酒 みりん風 <b>■白ごま</b> <b>■ブロッコリーの濃和え</b> ブロッコリー 赤ハブリカ のり さとう 濃口しょうゆ <b>■すまし汁</b> だいこん とりにく しめじ みつば 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■チャプチェ</b> ぶたにく きゅうり はるさめ たまねぎ ビーマン 赤ハブリカ しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ <b>★とりがらスープ</b> <b>■白ごま</b> ごま油 <b>■いわしのおろし</b> さけ コーン <b>■ツナ缶</b> さとう 濃口しょうゆ <b>■オレンジゼリー</b> ぶどう <b>■おくらのみそ汁</b> おくら カリフラワー <b>■えのき</b> 混合削りぶし みそ
アレルギー対応			(肉類) 鮭に変更 (ごま) 白ごまは入れない (魚類) さつまあげは入れない	(魚類) 鶏肉に変更 (肉類・大豆) じゃがいものおやきに変更 (ごま) 白ごまは入れない (肉類) 鶏肉は入れない (きのこ) しめじは入れない	(肉類) 豚肉・牛肉は入れない (ごま) 白ごまは入れない (魚類) ツナ缶は入れない (きのこ) えのきは入れない
3時			<b>■いちごジャムケーキ</b> いちごジャム ホットケーキミックス とうもろこし さとう キャノーラ油 (いちご) いちごジャムは入れない (小麦) 米粉に変更 (大豆) 水に変更	<b>■いもきんとん</b> さつまいも りんご さとう	<b>■わかめおにぎり</b> 米 わかめご飯の素
アレルギー対応			アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	
		17種 - 441kcal 蛋白質 16.8g 脂質 10.3g 加糖 70mg 鉄 1.5mg 食塩 1.4g	17種 - 383kcal 蛋白質 20.3g 脂質 6.3g 加糖 49mg 鉄 1.4mg 食塩 1.1g	17種 - 525kcal 蛋白質 14.4g 脂質 11.4g 加糖 68mg 鉄 1.8mg 食塩 1.1g	

### \*献立のマークについて\*

★：アレルギー対応の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。  
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレールウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウインナー …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚肉ソーセージ …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・パイオン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

☆：たまご・乳を使用していません。

- ・小麦中華めん …… 原材料の一部に小麦を含みます。
- ・豚しゅうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー



### アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、きのこ(全て)、大豆  
魚類(すべて)、甲殻類(ちりめんやむ)、  
生トマト、トマト缶、いちご、バナナ、  
肉類(豚、牛、鶏、ウインナー、ハム)、  
ごま(ごま油はOK)、こんにゃく





	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13
昼食	<b>■*成人の日*</b> <b>■*始業式*</b> <b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■とうもろこしハンバーグ</b> <b>■*とうもろこしハンバーグ*</b> <b>■ソース</b> ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 <b>■こまつなのおさげ和え</b> こまつな にんじん <b>■サケフレーク</b> ★和風だし顆粒 <b>■さつまいもの甘煮</b> さつまいも さとう マーガリン <b>■もやしのみそ汁</b> もやし たまねぎ まいたけ 青ねぎ 混合削りぶし みそ	<b>■ハヤシライス</b> 米 ぶたにく きゅうり たまねぎ にんじん <b>■だいず華粒状</b> ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン <b>■ハヤシルウ</b> ★フイヨン <b>■さやべつ和風サラダ◆</b> さやべつ コーン 赤パプリカ 和風ドレッシング さとう 淡口しょうゆ <b>■いちご寒天</b> ストロベリー カブゼリーの素(いちご) かんてん さとう	<b>■ごはん</b> 米 <b>■ぶた肉の塩ダレ炒め</b> ぶたにく はぐさい たまねぎ にんじん ピーマン りょうり酒 ★とりがらスープ 淡口しょうゆ さとう にんにく しょうが こしょう しお キャノーラ油 <b>■マカロニサラダ</b> カールマカロニ(卵) ヲリ加コ <b>■豚ロースハム</b> さやいんげん マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★フイヨン <b>■きゅうりのごま和え</b> きゅうり 赤パプリカ <b>■白ごま</b> ごま油 さとう 淡口しょうゆ <b>■焼きとうもろこし</b> 焼とうもろこし かつわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■さげの西京焼き</b> 豚ひき肉 りょうり酒 しょうが さとう 濃口しょうゆ 甘みそ <b>■おぐらの昆布和え</b> おくら <b>★ちくわ</b> 黄パプリカ 塩こんぶ さとう 淡口しょうゆ <b>■ミニゼリー</b> カブゼリーの素(ビーツ) <b>■ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 エリンギ うずまき麺500g 混合削りぶし みそ	
					
アレルギー対応	肉類・大豆) じゃがいものおやきに変更 魚類) サケフレークは入れない きのこ) まいたけは入れない	肉類) 豚肉・牛肉は入れない 大豆) 大豆華粒状は入れない 小麦) 米粉のハヤシルウに変更 いちご) ストロベリーは入れない	肉類) 豚肉は入れない 小麦) 大豆華粒状は入れない 小麥) 米粉は入れない ごま) 白ごまは入れない 大豆) 焼とうもろこしは入れない	肉類) 豚肉は入れない 小麦) はるさめに变更 肉類) ハムは入れない ごま) 白ごまは入れない 大豆) 焼とうもろこしは入れない	魚類) 鶏肉に変更 魚類) ちくわは入れない きのこ) エリンギは入れない 小麦) うずまき麺は入れない
3時	<b>■バナナケーキ</b> バナナ ホットケーキミックス とうもろこし さとう しお キャノーラ油	<b>■かぼちゃのおやき</b> かぼちゃ さとう かたくり粉	<b>■チーズおからおにぎり</b> 米 かつおぶし 濃口しょうゆ チーズ	<b>■シチューポテト</b> さつまいも マーガリン さとう みりん風 しお	
アレルギー対応	バナナ) ハチマキは入れない 小麦) ろかし手に変更 大豆) 水に変更	アレルギー対応はありません	魚類) かつおぶしは入れない 乳) チーズは入れない	アレルギー対応はありません	
	I7粉 - 446kcal 蛋白質 12.9g 脂質 9.8g 加砂糖 94mg 鉄 2.3mg 食塩 1.7g	I7粉 - 478kcal 蛋白質 13.1g 脂質 13.6g 加砂糖 68mg 鉄 1.6mg 食塩 1.6g	I7粉 - 544kcal 蛋白質 18.9g 脂質 12g 加砂糖 100mg 鉄 2.2mg 食塩 1.4g	I7粉 - 408kcal 蛋白質 15.1g 脂質 8.6g 加砂糖 75mg 鉄 1.4mg 食塩 1.2g	

	16	17	18	19	20
昼食	<b>■*絵本のりょうり*</b> <b>■(あつちゃんあがつく)</b> <b>■ミートスパゲティ</b> 冷凍レストランスパゲティ 合ひき肉 たまねぎ トマト缶 ケチャップ ウスターソース さとう ★フイヨン キャノーラ油 <b>■いんげんのごまドレサラダ</b> さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう <b>■白ごま</b> ねりごま <b>■マスカットゼリー</b> カブゼリーの素(マスカット) <b>■オニオンスープ</b> たまねぎ マーガリン ★ホークウインナー しめじ ★フイヨン さとう 淡口しょうゆ ラート	<b>■ごはん</b> 米 <b>■ぶた肉ともやしの炒め物</b> ぶたにく もやし たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャノーラ油 淡口しょうゆ さとう ★中濃ソース しお こしょう <b>■にんじんのツナ和え</b> さつまいも 黄パプリカ <b>■ツナ缶</b> さとう 淡口しょうゆ <b>■フライドポテト</b> ポテト しお パセリ缶 大豆白絞油16.5kg <b>■はぐさいのみそ汁</b> はぐさい ★さつまあげ かつわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■さばの塩焼き</b> さば りょうり酒 しお <b>■こんにゃくの炒め煮</b> つきこんにゃく こぼろ きゅうり にんじん キャノーラ油 だしパウダー さとう 濃口しょうゆ <b>■プロックリールのおかか和え</b> プロックリール <b>■えのき</b> 赤パプリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ <b>■だいごのみそ汁</b> だいご <b>■あぶらあげ</b> かぶらの葉 混合削りぶし みそ	<b>■カレーライス</b> 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん だいず華粒状 キャノーラ油 さとう しょうが にんにく 小岩井 純水りんご1.5L×8本 <b>■ハウスバーモントカレー(甘口)</b> <b>■きゅうりのサラダ</b> きゅうり コーン <b>■豚ロースハム</b> 野菜ドレッシング さとう 淡口しょうゆ <b>■みかん寒天</b> みかん缶 かんてん さとう カブゼリーの素(和梨)	<b>■ごはん</b> 米 <b>■大豆フレークの甘みそチキンカツ</b> ぶたにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 <b>■だいず華粒状</b> キャノーラ油 <b>■甘みそソース</b> みそ 赤だしみそ ケチャップ ★中濃ソース さとう みりん風 濃口しょうゆ かたくり粉 <b>■ひじきの煮物</b> ひじき 高野とうもろこし にんじん きぬきや だしパウダー さとう 淡口しょうゆ <b>■ほうれん草の和え物</b> ほうれん草 たまねぎ 黄パプリカ 淡口しょうゆ さとう <b>■すまし汁</b> そうめん おくら まいたけ 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ
					
アレルギー対応	小麦) ライスパスタに変更 肉類) 合ひき肉は入れない トマト) トマト缶は入れない ごま) 白ごま・ねりごまは入れない 肉類) ウインナーは入れない きのこ) しめじは入れない	肉類) 豚肉は入れない 魚類) ツナ缶は入れない 魚類) さつまあげは入れない	魚類) 鶏肉に変更 こんにゃく) つきこんにゃくは入れない 肉類) 牛肉は入れない きのこ) えのきは入れない 魚類) かつおぶしは入れない 大豆) 油揚げは入れない	肉類) 豚肉は入れない 大豆) 大豆華粒状は入れない 小麦) 米粉のハウスバーモントに変更 肉類) ハムは入れない きのこ) 野菜ドレッシングは入れない	肉類) 鮭に変更 大豆) 大豆華粒状は入れない 大豆) 高野豆腐は入れない 肉類) そうめんは入れない きのこ) まいたけは入れない
3時	<b>■にんじんドーナツ</b> にんじん 木綿とうもろこし かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油	<b>■業務おにぎり</b> 米 菜めし	<b>■さつまいもまん◆</b> こめ粉 さとう パーキングパウダー <b>■とうもろこし</b> キャノーラ油 さつまいも さとう マーガリン <b>■とうもろこし</b>	<b>■とうもろこし抹茶の米粉ケーキ</b> 木綿とうもろこし こめ粉 かたくり粉 パーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう	<b>■クッキー(プレーン)</b> <b>■ホットケーキミックス</b> さとう マーガリン <b>■とうもろこし</b>
アレルギー対応	大豆) 焼ポテトに変更	アレルギー対応はありません	大豆) 水に変更	大豆) 木綿豆腐は入れない	小麦・大豆) ミニゼリーに変更
	I7粉 - 404kcal 蛋白質 12.9g 脂質 10.5g 加砂糖 79mg 鉄 2mg 食塩 2.5g	I7粉 - 483kcal 蛋白質 15.6g 脂質 9.9g 加砂糖 83mg 鉄 2.2mg 食塩 1.4g	I7粉 - 578kcal 蛋白質 18.1g 脂質 21.6g 加砂糖 89mg 鉄 2.1mg 食塩 1.1g	I7粉 - 479kcal 蛋白質 15.2g 脂質 11.6g 加砂糖 88mg 鉄 1.7mg 食塩 1.3g	I7粉 - 562kcal 蛋白質 23.3g 脂質 18.7g 加砂糖 137mg 鉄 2.9mg 食塩 1.5g





	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27
昼食	<b>■中華おこわ</b> 米 モチ米 とりく あぶらあげ にんじん きぬさや しいたけ ★とりがらスープ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ キャノーラ油 <b>■しゅうまい</b> しょうゆ <b>■しょうゆだし</b> 濃口しょうゆ ★とりがらスープ さとう かたくり粉 水 <b>■湯え</b> さやいんげん 濃口しょうゆ さとう <b>■きゃべつ</b> しゃべつ 赤パプリカ ちりめん さとう 濃口しょうゆ <b>■右せしのみぞ汁</b> もやし ごぼう みずな 混合削りぶし みそ	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■白身魚のつけ焼き</b> ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ★和風だし顆粒 かたくり粉 <b>■ジャーマンポテト</b> じゃがいも たまねぎ <b>★ポークウィンナー</b> マーガリン ★フイヨン しお こしょう パセリ缶 <b>■ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー にんじん さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 <b>■ほうれん草のみぞ汁</b> ほうれん草 えのき うま塩500g 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■マーボー豆腐</b> 木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず単粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ ★とりがらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ <b>■きゅうりの昆布和え</b> きゅうり 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ 塩こんぶ <b>■あかりのごせり</b> かぼちゃ かつおの素(青りんご) <b>■はるさめスープ</b> はるさめ こまつな ★さつまあげ ★とりがらスープ 濃口しょうゆ	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■塩ダレチキン</b> とりく りょうり酒 しモン果汁 ★とりがらスープ 濃口しょうゆ さとう にんにく しょうが こしょう しお キャノーラ油 <b>■切干だいごんの煮物</b> 切干だいご にんじん 高野とうふ えだまめ だしパック さとう <b>■おくら</b> おくら <b>■サケフレーク</b> コーン ★和風だし顆粒 <b>■さつまいものみぞ汁</b> さつまいも たまねぎ カットわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■*おたんじょう会*</b> <b>■ハヤシライス</b> 米 ふたにく きゅうにく たまねぎ にんじん だいず単粒状 ★中濃ソース ケチャップ さとう キャノーラ油 マーガリン <b>■ハヤシルウ</b> ★フイヨン <b>■はくさいの湯和え</b> はくさい <b>★ちくわ</b> 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ のり <b>■もも焼天</b> もも缶 かつてん マーガリン カブとりの素(ビ-チ)
	アレルギー対応	(肉類) 鶏肉は入れない (大豆) 油揚げは入れない (きのこ) しめじは入れない (小麦) しゅうまい→ミートボールに変更 (肉類) しゅうまい→ポテトに変更 (魚類) ちりめんは入れない	(魚類) 鶏肉に変更 (肉類) ウィンナーは入れない (ごま) 白ごまは入れない (きのこ) えのきは入れない (小麦) うま塩は入れない	(大豆) 大根に変更、大豆単粒状は入れない (肉類) 豚肉は入れない (魚類) さつまあげは入れない	(肉類) ホキに変更 (大豆) 高野豆腐・枝豆は入れない (魚類) サケフレークは入れない
3時	<b>■ちくわの湯和え</b> ちくわ かたくり粉 あおさ ★和風だし顆粒 キャノーラ油 (魚類) じゃがいもに変更	<b>■コーンピラフおにぎり</b> 米 コーン さとう ★フイヨン マーガリン	<b>■スイートパンプキン</b> かぼちゃ さとう とうにゅう マーガリン マーメレード (大豆) 水に変更	<b>■いちごジャムケーキ</b> いちごジャム ホットケーキミックス とうにゅう さとう キャノーラ油 (いちご) いちごジャムは入れない (小麦) 米粉に変更 (大豆) 水に変更	<b>■おなかおにぎり</b> 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風 (大豆) ミニゼリーに変更
...	1杯分 - 403kcal 蛋白質 16.4g 脂質 12.7g 加砂糖 103mg 鉄 2.2mg 食塩 2.2g	1杯分 - 430kcal 蛋白質 18.4g 脂質 4.9g 加砂糖 76mg 鉄 1.8mg 食塩 2.1g	1杯分 - 415kcal 蛋白質 13.5g 脂質 8.5g 加砂糖 91mg 鉄 2mg 食塩 1.3g	1杯分 - 487kcal 蛋白質 18.2g 脂質 12.2g 加砂糖 119mg 鉄 2mg 食塩 1.4g	1杯分 - 565kcal 蛋白質 15.8g 脂質 13.8g 加砂糖 63mg 鉄 1.8mg 食塩 1.6g

	30	31
昼食	<b>■ごはん</b> 米 <b>■ふた肉のしょうが炒め</b> ふたにく たまねぎ もやし にんじん にら しょうが キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 <b>■いんげんのマヨドレサラダ</b> さやいんげん 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ ★卵不使用ヨネーズ <b>■いちごゼリー</b> カブとりの素(いちご) <b>■かぼちゃのみぞ汁</b> かぼちゃ カリフラワー しめじ 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■さばのごま焼き</b> さば しお りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ 白ごま <b>■あつあげの煮物</b> あつあげ にんじん えだまめ だしパック 濃口しょうゆ さとう <b>■はるさめの和え物</b> はるさめ きゅうり <b>★豚ロースハム</b> 濃口しょうゆ さとう <b>■たまねぎのみぞ汁</b> たまねぎ ごぼう カットわかめ 混合削りぶし みそ
	アレルギー対応	(肉類) 豚肉は入れない (きのこ) しめじは入れない
3時	<b>■たご焼き風ポテト</b> じゃがいも かたくり粉 キャノーラ油 ケチャップ ★中濃ソース さとう しお 青のり	<b>■バナナケーキ</b> バナナ ホットケーキミックス とうにゅう さとう しお キャノーラ油 (バナナ) バナナは入れない (小麦) ふかし手に変更 (大豆) 水に変更
...	1杯分 - 441kcal 蛋白質 12.8g 脂質 11.9g 加砂糖 44mg 鉄 1.5mg 食塩 1.1g	1杯分 - 539kcal 蛋白質 18.4g 脂質 19.3g 加砂糖 110mg 鉄 2.1mg 食塩 1.8g

