



1月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			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	
5 (月)	むぎちや 小魚せんべい	肉じゃが 温野菜 おかゆ	米・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	むぎちや みそむしパン
6 (火)	むぎちや 鉄入りビスケット	食パン みかん トマトスープ	食パン・マカロニ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・みかん	むぎちや しらすがゆ
7 (水)	むぎちや マンナ	煮込みうどん さつまいもサラダ	ゆでうどん・さつまいも	鶏肉	大根・かぶ・白菜 玉葱・人参・きゅうり	むぎちや やきいもクッキー
8 (木)	むぎちや かぼちゃクッキー	豆腐と大根のそぼろ煮 マカロニサラダ みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ・マカロニ	豚挽肉	大根・玉葱・人参 きゅうり・キャベツ・もやし	むぎちや キャロットむしパン
9 (金)	むぎちや ボーロ	豚肉の煮物 温野菜 南瓜の煮つけ みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	豚肉	南瓜・玉葱・キャベツ きゅうり・人参	むぎちや 鉄入りビスケット
10 (土)	むぎちや ハイハイイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
13 (火)	むぎちや ウエハース	じゃが芋の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米・じゃが芋	しらす	玉葱・人参・ブロッコリー きゅうり	むぎちや さつまいも
14 (水)	むぎちや お野菜せんべい	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ・ふ	鶏肉	玉葱・人参・もやし きゅうり	むぎちや お野菜ボーロ
15 (木)	むぎちや バナナ	豚肉と野菜の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米	豚肉	白菜・玉葱・人参 もやし・きゅうり・わかめ	むぎちや パン
16 (金)	むぎちや マンナ	肉じゃが 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・豆腐・みそ	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・大根	むぎちや かぼちゃクッキー
17 (土)	むぎちや ハイハイイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
19 (月)	むぎちや 小魚せんべい	ベビー哈ヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	むぎちや じゃがいも
20 (火)	むぎちや ウエハース	花しゅうまい 温野菜 スープ おかゆ	米・ふ	豚挽肉	玉葱・キャベツ・もやし 人参	むぎちや 蒸しパン



1月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			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	
21 (水)	むぎちや マンナ	しらす納豆 かぼちゃそぼろ煮 温野菜 おかゆ	米・納豆・みそ	しらす・鶏挽肉	南瓜・キャベツ・小松菜 きゅうり・大根・人参	むぎちや かぼちゃクッキー
22 (木)	むぎちや ボーロ	味噌煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん	豚挽肉	キャベツ・もやし・玉葱 人参・大根・きゅうり バナナ	むぎちや 焼いも
23 (金)	むぎちや みかん	鶏つくね 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	鶏挽肉	玉葱・人参・ほうれん草 もやし・わかめ	むぎちや お野菜ボーロ
24 (土)	むぎちや ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
26 (月)	むぎちや バナナ	そぼろがゆ 温野菜 みそ汁	米	鶏挽肉	ほうれん草・大根・きゅうり 玉葱・人参	むぎちや むしかぼちや
27 (火)	むぎちや さつま芋	食パン ブロッコリー バナナ 野菜スープ	食パン・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・ブロッコリー バナナ	むぎちや ボーロ
28 (水)	むぎちや お野菜せんべい	キャロットがゆ 温野菜 鶏肉の照り焼き スープ	米	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	むぎちや むしパン
29 (木)	むぎちや ボーロ	煮込みうどん じゃが芋の煮物	ゆでうどん・じゃが芋	しらす	玉葱・人参・ほうれん草	むぎちや しらすがゆ
30 (金)	むぎちや ウエハース	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし・わかめ	むぎちや バナナ
31 (土)	むぎちや ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	

