

JANUARY 1月のメニュー

2024年
(0・1・2歳児)

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
お正月休み (~1/4)				甘辛せんべい	サラダせんべい
 あけまして おめでとうございます				ご飯 ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	焼き飯 中華スープ オレンジ
8	9	10	11	12	13
成人の日 	ビスコ	バナナ	クリームサンドせんべい	オレンジ	満月パン
	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ひじきの五目煮 味噌汁 マンゴープリン	ロールパン (0.1歳ご飯) メンチカツ カリフラワーのマリネ 味噌汁 パイン缶 わかめおにぎり	ご飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 すまし汁 コーンフレークヨーグルト	三色丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁 黄桃缶 ココア蒸しパン	カレーうどん チキンナゲット バナナ ミレービスケット
15	16	17	18	19	20
動物ビスケット	ベジタブルスナック	オレンジ	ヨーグルト	マリービスケット	ごまビスケット
ふりかけご飯 太刀魚の照焼き ブロッコリーの甘酢和え 味噌汁 フルーツポンチ	ご飯 すき焼き煮 ポテトサラダ 味噌汁 洋梨缶 パインケーキ	ご飯 エビフライ (0.1歳児 白身魚のフライ) 小松菜の昆布和え 味噌汁 シリアルクッキー	ご飯 鶏肉のガイヤーン コールスローサラダ 味噌汁 田作りとせんべい	中華丼 しゅうまい 中華スープ みかん缶 たこ焼き	スパゲティナポリタン コンソメスープ オレンジ 甘塩せんべい
22	23	24	25	26	27
ココナッツサブレ	ウエハース	バナナ	源氏パイ	オレンジ	ベジタブルスナック
ご飯 さばの塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁 パイン缶 リッツのクリームサンド	ご飯 肉団子の甘酢あん 中華春雨 味噌汁 乳酸菌飲料 人参ケーキ	ご飯 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草とコーンのソテー 味噌汁 ジャムサンド	カレーライス ブロッコリーのごまサラダ コンソメスープ ミニゼリー フルーツヨーグルト	ご飯 牛肉のスタミナ炒め 高野豆腐の煮物 味噌汁 フライドポテト	焼きそば 味噌汁 バナナ 甘辛せんべい
29	30	31	 五大栄養素のはたらき 五大栄養素はバランス良くとることが大切です ●たんぱく質…身体を作る ●脂質…効率の良いエネルギー源となる ●炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源 ●ビタミン…身体の調子を整える ●ミネラル…骨や歯などを作る		
サラダせんべい	オレンジ	ヨーグルト			
ご飯 タラの和風あんかけ がんもの煮物 味噌汁 きな粉マカロニ	ご飯 豚肉のチャンプルー かぼちゃサラダ 味噌汁 ホイップサンド	ご飯 鶏肉のごま照り焼き キャベツの和風サラダ 味噌汁 洋梨缶 アップルパイ			

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承ください。

※ 卵アレルギー 乳アレルギー 甲殻類アレルギー 大豆アレルギー 魚アレルギー アレルギー食は、除去食または代替食となります。



のメニュー

【今月の平均】

エネルギー 574kcal
たんぱく質 24.0g
脂質 18.5g

2024年

(3・4・5歳児)

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
お正月休み (~1/4)					
 あけまして おめでとうございます 			ご飯 ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 かぼちゃクッキー	焼き飯 中華スープ オレンジ 源氏パイ	
8	9	10	11	12	13
成人の日 	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ひじきの五目煮 味噌汁 マンゴープリン	4.5歳 バイキング ロールパン メンチカツ カリフラワーのマリネ 味噌汁 パイン缶 わかめおにぎり	ご飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 すまし汁 コーンフレークヨーグルト	三色丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁 黄桃缶 ココア蒸しパン	カレーうどん チキンナゲット バナナ ミレービスケット
15	16	17	18	19	20
ふりかけご飯 太刀魚の照焼き ブロッコリーの甘酢和え 味噌汁 フルーツポンチ	ご飯 すき焼き煮 ポテトサラダ 味噌汁 洋梨缶 パインケーキ	ご飯 エビフライ 小松菜の昆布和え 味噌汁 シリアルクッキー	ご飯 鶏肉のガイヤーン コールスローサラダ 味噌汁 田作りとせんべい	中華丼 しゅうまい 中華スープ みかん缶 たこ焼き	スパゲティナポリタン コンソメスープ オレンジ 甘塩せんべい
22	23	24	25	26	27
ご飯 さばの塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁 パイン缶 リッツのクリームサンド	ご飯 肉団子の甘酢あん 中華春雨 味噌汁 乳酸菌飲料 人参ケーキ	5歳 クッキング ご飯 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草とコーンのソテー 味噌汁 ジャムサンド	5歳 クッキング カレーライス ブロッコリーのごまサラダ コンソメスープ ミニゼリー フルーツヨーグルト	ご飯 牛肉のスタミナ炒め 高野豆腐の煮物 味噌汁 フライドポテト	焼きそば 味噌汁 バナナ 甘辛せんべい
29	30	31	 五大栄養素のはたらき  <p>五大栄養素はバランス良くとることが大切です</p> <ul style="list-style-type: none"> ● たんぱく質…身体を作る ● 脂質…効率の良いエネルギー源となる ● 炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源 ● ビタミン…身体の調子を整える ● ミネラル…骨や歯などを作る 		
ご飯 タラの和風あんかけ がんもの煮物 味噌汁 わらびもち	ご飯 豚肉のチャンプルー かぼちゃサラダ 味噌汁 ホイップサンド	ご飯 鶏肉のごま照り焼き キャベツの和風サラダ 味噌汁 洋梨缶 アップルパイ			

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承ください。

※ 卵アレルギー 乳アレルギー 甲殻類アレルギー 大豆アレルギー 魚アレルギー アレルギー食は、除去食または代替食となります。

1月 JANUARY のメニュー

2024年
カミカ3期

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
お正月休み (~1/4)				バナナ	マンナウエハース
				軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	ぞうすい じゃが芋のやわらか煮 オレンジ
8	9	10	11	12	13
成人の日 	マンナウエハース	バナナ	赤ちゃんせんべい	オレンジ	マンナビスケット
	軟飯又はご飯 鮭のだし煮 大豆のやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 豚肉と野菜のうま煮 かぼちゃのやわらか煮 すまし汁	軟飯又はご飯 鶏肉のだし煮 ほうれん草と納豆の煮浸し 味噌汁	煮込みうどん カリフラワーのやわらか煮 バナナ
	ふかし芋	きな粉おにぎり	ヨーグルト	蒸しポテト	マンナウエハース
15	16	17	18	19	20
赤ちゃんせんべい	バナナ	オレンジ	ヨーグルト	マンナウエハース	赤ちゃんせんべい
軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 牛肉と野菜のうま煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 小松菜の煮浸し 味噌汁	軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	軟飯又はご飯 白身魚と野菜のあん煮 カリフラワーのやわらか煮 野菜スープ	ぞうすい かぼちゃのやわらか煮 オレンジ
蒸しかぼちゃ	きな粉おにぎり	マンナビスケット	蒸しポテト	ふかし芋	マンナビスケット
22	23	24	25	26	27
オレンジ	マンナウエハース	バナナ	マンナビスケット	オレンジ	マンナウエハース
軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 切干大根のやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 ブロッコリーと納豆のやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 鶏肉のだし煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁	軟飯又はご飯 豚肉と野菜のうま煮 カリフラワーのやわらか煮 野菜スープ	軟飯又はご飯 白身魚と野菜のだし煮 高野のやわらか煮 味噌汁	煮込みうどん さつま芋のやわらか煮 バナナ
赤ちゃんせんべい	蒸しかぼちゃ	スティックパン	ヨーグルト	蒸しポテト	赤ちゃんせんべい
29	30	31	 五大栄養素のはたらき 五大栄養素はバランス良くとることが大切です ●たんぱく質…身体を作る ●脂質…効率の良いエネルギー源となる ●炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源 ●ビタミン…身体の調子を整える ●ミネラル…骨や歯などを作る		
マンナビスケット	オレンジ	ヨーグルト			
軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁	軟飯又はご飯 豚肉と豆腐のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁			
きな粉マカロニ	ふかし芋	蒸しポテト			

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。



のメニュー

2024年
モグモグ期

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
お正月休み (~1/4)				バナナ	マンナウエハース
あけまして おめでとうございます				おかゆ 白身魚のだし煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	ぞうすい 白菜の煮浸し オレンジ
8	9	10	11	12	13
成人の日 	マンナウエハース おかゆ 白身魚のだし煮 大豆のやわらか煮 味噌汁 ふかし芋	バナナ おかゆ 白身魚のあん煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁 きな粉がゆ	赤ちゃんせんべい おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 かぼちゃのやわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	オレンジ おかゆ 鶏ささみのだし煮 ほうれん草と納豆の煮浸し 味噌汁 蒸しポテト	マンナビスケット 煮込みうどん カリフラワーのやわらか煮 バナナ マンナウエハース
15	16	17	18	19	20
赤ちゃんせんべい おかゆ 白身魚のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁 蒸しかぼちゃ	バナナ おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁 きな粉がゆ	オレンジ おかゆ 白身魚のだし煮 小松菜の煮浸し 味噌汁 マンナビスケット	ヨーグルト おかゆ 鶏ささみとレバーのうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁 蒸しポテト	マンナウエハース おかゆ 白身魚と野菜のあん煮 カリフラワーのやわらか煮 野菜スープ ふかし芋	赤ちゃんせんべい ぞうすい 白菜の煮浸し オレンジ マンナビスケット
22	23	24	25	26	27
オレンジ おかゆ 白身魚のうま煮 切干大根のやわらか煮 味噌汁 赤ちゃんせんべい	マンナウエハース おかゆ 白身魚のあん煮 ブロッコリーと納豆のやわらか煮 味噌汁 蒸しかぼちゃ	バナナ おかゆ 鶏ささみのだし煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 パン粥	マンナビスケット おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 カリフラワーのやわらか煮 野菜スープ ヨーグルト	オレンジ おかゆ 白身魚と野菜のだし煮 高野のやわらか煮 味噌汁 蒸しポテト	マンナウエハース 煮込みうどん キャベツの煮浸し バナナ 赤ちゃんせんべい
29	30	31	五大栄養素のはたらき <p>五大栄養素はバランス良くとることが大切です</p> <ul style="list-style-type: none"> ● たんぱく質…身体を作る ● 脂質…効率の良いエネルギー源となる ● 炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源 ● ビタミン…身体の調子を整える ● ミネラル…骨や歯などを作る 		
マンナビスケット おかゆ 白身魚のだし煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁 きな粉マカロニ	オレンジ おかゆ 鶏ささみと豆腐のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁 ふかし芋	ヨーグルト おかゆ 鶏ささみとレバーのうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁 蒸しポテト			

*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承ください。