

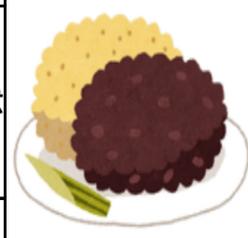
<p><鶏肉と里芋のうま煮 のレシピです。></p> <p>(材料) 鶏肉 100g 里芋 100g 人参 50g しいたけ 5枚 こんにゃく 50g いんげん 30g だし汁 100cc 濃口 15cc 黒糖粉 8cc みりん 8cc</p> <p>(作り方) 1. 鶏肉、里芋、人参、しいたけ、いんげんを一口サイズに切る。 こんにゃくは小さめの一口サイズに切る。 2. だし汁と調味料を入れ、やわらかくなるまで煮る。</p> 		未満児 おやつ	1(木) チーズ	2(金) 小魚せんべい	3(土) ビスケット
給食		給食	・白身魚とトマト煮 ・冬瓜・豚ミンチ・人参煮 ・キャベツのみそ汁	・じゃが芋・おから煮 ・きゅうり・人参煮 ・ラタトゥイユスープ	・パン粥 ・豆腐・マカロニ・ほうれん草煮 ・春雨・キャベツ煮 ・パン缶
3時 おやつ		3時 おやつ	ロールパン煮 りんごジュース	さつま芋のレーズン煮 みかん缶	かぼちゃと しらす煮

	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
未満児 おやつ	かぼちゃとさつま芋のクッキー	ダンヨーグルト	お野菜ボール	チーズ	小魚せんべい	ビスケット
給食	・豆腐・じゃが芋・人参煮 ・大根・水菜・ワカメ煮 ・フルーツポンチ	・かれいどとマト煮 ・しらす・玉ねぎ・人参煮 ・かぼちゃのみそ汁	・うどん・シーチキンとマト煮 ・ひじき・蒲揚げ・人参煮 ・すいか	・白身魚・チンゲン菜煮 ・じゃが芋・りんご・きゅうり煮 ・鶏汁	・白身魚・人参煮 ・豚肉・ナス・ピーマン煮 ・そうめん汁	・パン粥 ・鶏肉・じゃが芋煮 ・スパ・シーチキン煮 ・トマトスープ ・バナナ
3時 おやつ	さつま芋とパン粥煮 カルピス	ぶどうゼリー りんご	さつま芋の ヨーグルト和え	ロールパン煮 りんごジュース	さつま芋煮 テラウェア	しらす・人参 おじや

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
未満児 おやつ	かぼちゃとさつま芋のクッキー	ダンヨーグルト	お野菜ボール	チーズ	小魚せんべい	ビスケット
給食	・白身魚・トマト・青のり煮 ・大根・きゅうり煮 ・里芋のみそ汁	・鶏肉・キャベツ煮 ・トマト・ワカメ ・オクラ煮 ・魚のつみれ汁	・うどん・豚肉 ・人参・もやし煮 ・じゃが芋煮 ・パン缶	お弁当 	・白身魚・トマト煮 ・フロッキー・大根煮 ・チンゲン菜スープ	・パン粥 ・豚ミンチ・玉ねぎ ・春雨・キャベツ煮 ・ワカメスープ ・ゼリー
3時 おやつ	食パン・キャベツ シーチキン煮 りんごジュース	じゃが芋煮 なし	さつま芋煮 バナナ	ロールパン煮 りんごジュース	かぼちゃ煮 カルピス	さつま芋煮 りんごジュース

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
未満児 おやつ		ダンヨーグルト	お野菜ボール		小魚せんべい	ビスケット
給食	敬老の日	・豚ミンチ・人参 じゃが芋煮 ・きゅうり・ワカメ しらす煮 ・ヨーグルト和え	・うどん・豚肉 大根・きゅうり煮 ・トマト・キャベツ レタス煮 ・すいか	秋分の日 	・ひじきおじや ・赤魚・人参煮 ・鶏肉・大根 きゅうり・水菜煮 ・あおさ汁	・パン粥 ・白身魚・トマト煮 ・人参・キャベツ 玉ねぎ・シーチキン煮 ・ハヤシスープ ・もも缶
3時 おやつ		かぼちゃ煮 テラウェア	ロールパン煮 りんごジュース		さつま芋煮 すいか	さつま芋とりんご煮 チーズ

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
未満児 おやつ	かぼちゃとさつま芋のクッキー	ダンヨーグルト	お野菜ボール	チーズ	小魚せんべい
給食	・白身魚・チンゲン菜煮 ・豚肉・あつあげ きゃべつ・玉ねぎ煮 ・さつま汁	・鶏肉・大根煮 ・納豆・ほうれん草煮 ・はんぺんのみそ汁	・スパゲティ・ミンチ 玉ねぎ煮 ・白菜・きゅうり シーチキン煮 ・バナナ	・豆腐・シーチキン 玉ねぎ煮 ・春雨・人参 もやし煮 ・あおさ汁	・白身魚・トマト煮 ・里芋・フロッキー煮 ・チキンスープ
3時 おやつ	食パン・しらす煮 野菜生活	かぼちゃ煮 りんご	さつま芋煮	ロールパン煮 りんごジュース	じゃが芋・人参煮 飲むヨーグルト



* 材料の都合により献立が変更になる場合があります。