



# レオラ

## 2020年01月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食						ツナ玉チャーハン、粉ふき芋、豆腐スープ
午後						牛乳、クッキー
	6	7	8	9	10	11
昼食	御飯、松風焼、炒めなます、正月みそ汁	わかめうどん、かぼちゃのそぼろあんかけ、みかん	御飯、スパニッシュオムレツ、キャベツとコーンのサラダ、玉ねぎスープ	三色丼、きゅうりの酢の物、じゃがいもの味噌汁	御飯、カレイの煮つけ、小松菜ツナ和え、豆腐のすまし汁	わかめごはん、豚肉とキャベツの味噌炒め、かぼちゃの味噌汁
午後	牛乳、白玉きな粉	じゃこおにぎり	牛乳、オレンジ蒸しパン	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、芋もち	牛乳、ジャムトースト
	13	14	15	16	17	18
昼食		御飯、ウインナーと野菜のスープ煮、ポテトサラダ、桃	御飯、さけのちゃんちゃん焼き、ブロッコリーのおかか和え、わかめのすまし汁	あんかけ焼きそば、かぼちゃの甘煮、春雨スープ	御飯、豚ミンチと春雨の炒めもの、小松菜とコーンのごま和え、もやしスープ	チキンライス、かぼちゃのサラダ、レタススープ
午後		牛乳、りんごゼリー	牛乳、ほうれん草ケーキ	鮭おにぎり	牛乳、さつま芋のようかん	牛乳、マカロニきな粉
	20	21	22	23	24	25
昼食	御飯、ハンバーグ、チンゲン菜のナムル、白菜の味噌汁	御飯、白身魚のマヨネーズ焼、白菜の塩ごま和え、たまごスープ	カレーライス、大根サラダ、りんごのコンポート	御飯、マーボー豆腐、にんじんのシンプルサラダ、わかめスープ	きつねうどん、卵の花、みかん	ふわふわ丼、大豆とひじきの煮物、大根の味噌汁
午後	牛乳、コーンチーズトースト	牛乳、バナナホットケーキ	牛乳、人参ドーナツ	牛乳、ももゼリー	ひじきおにぎり	牛乳、焼き芋
	27	28	29	30	31	
昼食	御飯、ボークビーンズ、いんげんのごまマヨネーズあえ、桃	油揚げとにんじんの混ぜこ飯、さばのみそ煮、ブロッコリーのじゃこ和え、そうめん汁	御飯、クリームシチュー、ほうれん草のおかか和え、パイナップル	ちゃんぽんラーメン、ジャーマンポテト、りんごのコンポート	きのご飯、魚の野菜あんかけ、わかめの味噌汁	
午後	牛乳、豆腐のパンケーキ	牛乳、かぼちゃケーキ	牛乳、きな粉トースト	さつまいもおにぎり	牛乳、ココアホットケーキ	

※アレルギー除去食、体調不良のお子様には別メニューで対応致します。

※午前のおやつは牛乳と簡単なビスケット・おせんべい等になります。

※食材の購入や行事等によって、献立の一部を変更することがあります。

