



日	曜	午前おやつ (乳児のみ)	昼食	午後おやつ	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	補食
2	月	煎餅 お茶	ごはん 白身魚のコーンクリーム焼き 切り干し大根のサラダ みそ汁 オレンジ	ハムサンド 牛乳	カラスカレイ ハム ごま みそ 牛乳	米 小麦粉 油 マヨネーズ 砂糖 ごま油 じゃがいも 食パン 無塩バター	切り干し大根 きゅうり もやし えのき オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
3	火	ビスケット お茶	和風カレー ツナと大根の煮物 りんご	お好み焼きボール 牛乳	鶏肉 ツナ しらす 木綿豆腐 牛乳	米 さといも 砂糖 油 小麦粉	人参 玉ねぎ れんこん 大根 りんご キャベツ 青のり	おむすび (ふりかけ) お茶
4	水	煎餅 お茶	ごはん 鶏の照り焼き ブロッコリーのマヨカレー和え みそ汁 パナナ	きなこドーナツ 牛乳	鶏肉 油揚げ みそ 牛乳 卵 きなこ スキムミルク	米 砂糖 油 マヨネーズ ホットケーキミックス	ブロッコリー 人参 もやし バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
5	木	ビスケット お茶	ロールパン 鮭とほうれん草のグラタン コンソメスープ みかん	チキンライス お茶	鮭 牛乳 チーズ ウインナー 鶏ひき肉	ロールパン じゃがいも 小麦粉 油 無塩バター 米	ほうれん草 玉ねぎ コーン キャベツ 人参 みかん	おむすび (ふりかけ) お茶
6	金	煎餅 お茶	ピビンバ丼 かぼちゃの甘煮 わかめスープ バナナ	ゼリー せんべい 牛乳	豚肉 ごま かにかま 木綿豆腐 卵 牛乳	米 砂糖 ごま油 せんべい	にんにく しょうが もやし 小松菜 人参 かぼちゃ わかめ パナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
7	土	ビスケット お茶	きつねごはん 青菜のはんぺん炒め みそ汁 オレンジ	せんべい ビスケット 牛乳	鶏ひき肉 油揚げ はんぺん みそ 牛乳	米 砂糖 無塩バター せんべい	人参 枝豆 小松菜 コーン しめじ 大根	
9	月	煎餅 お茶	なすのミートスパゲッティ コーンスロー もやしとにらのスープ バナナ	枝豆ごはん お茶	豚ひき肉 ウインナー しらす ごま	スパゲッティ 小麦粉 油 マヨネーズ 米	なす しめじ 人参 玉ねぎ コーン キャベツ にら もやし パナナ 枝豆	おむすび (ふりかけ) お茶
10	火	ビスケット お茶	ごはん 筑前煮 みそ汁 りんご	シュガートースト 牛乳	鶏肉 竹輪 卵 みそ 牛乳	米 砂糖 油 食パン 無塩バター	大根 れんこん いんげん 人参 玉ねぎ キャベツ りんご	おむすび (ふりかけ) お茶
11	水	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 幼児: 鱈のおろしポン酢かけ 乳児: 鱈の塩焼き ひじきの炒り煮 みかん	焼きうどん 牛乳	鱈(幼児) 鮭(乳児) さつま揚げ 大豆 豚肉 みそ 牛乳	米 砂糖 油 うどん	大根 ひじき 人参 かぼちゃ 白菜 みかん 玉ねぎ ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
12	木	ビスケット お茶	ごはん はんぺんフライ 春雨サラダ みそ汁 パナナ	(12) 蒸かしいも 牛乳 (26) 0・1才: 米粉ホットケーキ 2才~: プリンパフェ	はんぺん チーズ ハム 木綿豆腐 みそ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 春雨 油 マヨネーズ (12) さつまいも (26) ホットケーキミックス コーンフレーク 生クリーム	きゅうり 人参 長ねぎ パナナ (26) 黄桃缶	おむすび (ふりかけ) お茶
13	金	煎餅 お茶	ごはん 豆腐ハンバーグ ほうれん草の納豆和え けんちん汁 柿	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	木綿豆腐 しらす 豚ひき肉 納豆 竹輪 牛乳 ヨーグルト	米 パン粉 ホットケーキミックス 油 砂糖	玉ねぎ 大根 ほうれん草 人参 舞茸 柿 みかん缶	おむすび (ふりかけ) お茶
14	土	ビスケット お茶	ごはん ツナじゃが みそ汁 バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	ツナ みそ 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 油 せんべい	玉ねぎ 人参 いんげん なめこ キャベツ パナナ	
25	水	煎餅 お茶	きのこピラフ ローストチキン もみの木サラダ abcスープ オレンジ	X'masカップケーキ X'masクッキー 牛乳	ツナ 鶏肉 牛乳 卵	米 じゃがいも 無塩バター 小麦粉 マカロニ 砂糖 ホットケーキミックス	しめじ 人参 しょうが ブロッコリー コーン 白菜 オレンジ いちご	おむすび (ふりかけ) お茶

☆献立は仕入れの都合上変更することがありますがご了承くださいようお願いいたします。

~今月のレシピ~ "X'masクッキー"

<材料> 約30枚分

- ・薄力粉 120g
- ・砂糖 40g
- ・バター 60g



※材料は3つだけ!! とっても簡単です♪

<作り方>

1. 厚手のビニール袋に薄力粉と砂糖を入れ振り混ぜる。
2. 袋にバターを加え、粉っぽさがなくなるまでよく揉む。
3. 袋のままめん棒で伸ばし5mmくらいの厚さにする。
4. 袋をキッチンばさみで切り開いて好きな形に型抜きする。
5. 170°Cに予熱したオーブンで20分ほど焼く。

