

令和6年度 1月		献立予定表		六甲ゆりかごこども園・クーラ	
日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	カや熱になる 血や肉になる
4	土	ポークカレー コールスローサラダ パイン缶	午前 あられ 午後 ビスコ	●米 ジャが芋 サラダ油 マヨネーズ ●豚肉 牛乳 ●玉葱 人参 キャベツ とうもろこし パイナップル	
6	月	ご飯 白身魚のねぎあんかけ ほうれん草の白和え 鶏肉と大根の煮物 えのきのすまし汁 パナナ	午前 おこし 午後 コーンフレーク	●米 砂糖 片栗粉 蒟蒻 他2種 ●メルルーサ 厚揚げ 味噌 鶏肉 牛乳 ●ねぎ 人参 胡瓜 大根 三つ葉 玉葱 えのき パナナ	
7	火	ハムサンド 鶏肉のマーマレード焼き みかん 大根と水菜のサラダ 玉葱とじゃがいものスープ	午前 ビスケット 午後 七草粥	●パン マヨネーズ ゴマ ごま油 他3種 ●ハム 鶏肉 わかめ しらす 牛乳 ●胡瓜 にんにく 大根 人参 水菜 ミニトマト 玉葱 パセリ みかん せり	
8	水	ご飯 肉豆腐 三色ナムル 粉ふきさつまいも 中華風コーンスープ オレンジ	午前 ポーロ 午後 パナマフィン	●米 砂糖 サラダ油 ごま油 さつまいも 片栗粉 他2種 ●豆腐 牛肉 卵 牛乳 ●玉葱 ビーマン 葱 ほうれん草 もやし 人参 にんにく 他5種	
9	木	ご飯 太刀魚塩焼き 白菜の梅マヨサラダ 根菜のキンピラ 人参と玉葱のすまし汁 りんご	午前 あられ 午後 フルーツポンチ	●米 マヨネーズ 蒟蒻 ごま油 ●太刀魚 ささみ しらす 牛乳 ●白菜 人参 胡瓜 梅干し 蓮根 牛蒡 玉葱 三つ葉 りんご 他5種	
10	金	カレーうどん 中華風卵焼き 納豆和え パナナ	午前 おこし 午後 芋もち	●うどん 砂糖 片栗粉 蒟蒻 他3種 ●鶏肉 油揚げ 卵 納豆 のり 牛乳 ●生姜 人参 玉葱 葱 たら たけのこ 黒きくらげ 胡瓜 キャベツ パナナ	
11	土	豚バラときのこの和風スパゲッティ キャベツの昆布和え 野菜一づ 桃缶	午前 ビスケット 午後 源氏パイ	●スパゲッティ サラダ油 砂糖 他2種 ●豚肉 塩昆布 牛乳 ●にんにく 椎茸 舞茸 しめじ えのき 玉葱 青じそ とうもろこし もも缶	
14	火	きつねうどん 豚肉の焼つくね 春菊の胡麻和え オレンジ	午前 ポーロ 午後 ひじきの混ぜご飯	●うどん 砂糖 蒟蒻 ごま 米 ●油揚げ かまぼこ 豚肉 ひじき ツナ缶 牛乳 ●葱 玉葱 牛蒡 生姜 青じそ 春菊 人参 もやし オレンジ	
15	水	ご飯 鱈の照り焼き 豆苗のり和え みかん 厚揚げと蕪の煮物 里芋の味噌汁	午前 あられ 午後 プレーンクッキー	●米 サラダ油 里芋 バター 砂糖 小麦粉 ●ぶり のり 厚揚げ 他2種 ●豆苗 人参 胡瓜 かぶ 葱 玉葱 みかん	
16	木	レーズンパン ポークビーンズ りんご ほうれん草と卵のサラダ 南瓜ソテー オニオンスープ	午前 おこし 午後 きな粉団子	●ロールパン サラダ油 マヨネーズ バター 他3種 ●豚肉 大豆 卵 他3種 ●玉葱 人参 グリーンピース にんにく キャベツ ほうれん草 他3種	
17	金	ご飯 鯖の西京焼き 蓮根サラダ パナナ さつまいもレモン煮 大根のすまし汁	午前 ビスケット 午後 プレーン蒸しパン	●米 マヨネーズ ごま さつまいも 砂糖 バター 他2種 ●鯖 卵 牛乳 ●人参 胡瓜 牛蒡 蓮根 とうもろこし レモン 大根 えのき 三つ葉 パナナ	
18	土	野菜焼きそば レタスのサラダ じゃがいもの味噌汁 みかん缶	午前 ポーロ 午後 ソフトサラダせんべい	●中華麺 サラダ油 ジャがいも 他2種 ●油揚げ 味噌 牛乳 ●キャベツ 人参 もやし レタス 胡瓜 トマト 黄ピーマン 玉葱 他2種	
20	月	けんちんうどん じゃことしその卵焼き 胡瓜の酢の物 オレンジ	午前 あられ 午後 海苔と梅干しのおにぎり	●うどん 砂糖 米 ●鶏肉 豆腐 卵 しらす わかめ ひじき のり 牛乳 ●大根 人参 牛蒡 椎茸 葱 玉葱 青じそ 胡瓜 トマト オレンジ 梅干し	
21	火	カレーピラフ ハンバーグ マカロニサラダ かぼちゃのポタージュ ぶどうゼリー	午前 おこし 午後 アップルパイ	●米 パン粉 マカロニ マヨネーズ 他4種 ●ツナ缶 牛肉 豚肉 他5種 ●玉葱 人参 グリーンピース 胡瓜 南瓜 グレープジュース 他2種	
22	水	ご飯 カレイの煮つけ 白菜の味噌汁 りんご ブロッコリーのゆかり和え 高野豆腐の煮物	午前 ビスケット 午後 スイートポテト	●米 砂糖 さつまいも バター ●かれい 高野豆腐 油揚げ 味噌 他3種 ●生姜 ブロッコリー 青じそ 椎茸 人参 大根 白菜 ねぎ りんご	
23	木	ポテサラサンド 大豆入りートローフ 水菜サラダ きのことスープ パナナ	午前 ポーロ 午後 鶏雑炊	●食パン ジャがいも マヨネーズ 他4種 ●ツナ缶 牛肉 豚肉 大豆 他4種 ●胡瓜 人参 玉葱 ビーマン 水菜 レタス トマト とうもろこし 他6種	
24	金	ご飯 鯖の味噌煮 白菜のおかか和え オレンジ しらたきのたらこ炒め 大根のすまし汁	午前 あられ 午後 コーンフレーク	●米 砂糖 しらたき コーンフレーク ●鯖 味噌 かつお節 たらこ 他2種 ●生姜 白菜 ほうれん草 人参 大根 玉葱 オレンジ	
25	土	醤油焼きうどん もやしの中華和え じゃが芋の味噌汁 桃缶	午前 おこし 午後 ビスコ	●うどん サラダ油 砂糖 ごま油 ごま 他2種 ●豚肉 味噌 牛乳 ●キャベツ 人参 たら 胡瓜 もやし 玉葱 三つ葉 桃缶	
27	月	ご飯 豚肉と卵炒め 粉ふき芋 ぼんかん 白菜のツナ和え 玉葱の味噌汁	午前 ビスケット 午後 野菜マフィン	●米 サラダ油 ジャがいも 他2種 ●豚肉 卵 ツナ缶 青のり 油揚げ 他2種 ●小松菜 にんにく 黒きくらげ 白菜 胡瓜 人参 玉葱 葱 他2種	
28	火	ミルクロール 鱈のソテー さつまいもサラダ ブロッコリーの炒め物 オニオンスープ りんご	午前 ポーロ 午後 とうろ昆布おにぎり	●ロールパン 小麦粉 サラダ油 他4種 ●たら ベーコン 牛乳 他2種 ●人参 レーズン みかん缶 ブロッコリー 玉葱 にんにく パセリ りんご	
29	水	親子丼 鮭の塩麹焼き 和風サラダ お麩のすまし汁 パナナ	午前 あられ 午後 アップル春巻き	●米 砂糖 ごま ごま油 麩 他2種 ●鶏肉 卵 鮭 油揚げ 牛乳 ●玉葱 グリーンピース 人参 胡瓜 もやし 三つ葉 パナナ りんご	
30	木	麻婆ラーメン ニラ入り卵焼き みかん こんにゃくのおかか和え	午前 おこし 午後 焼きおにぎり	●中華麺 ごま油 砂糖 片栗粉 他2種 ●豚肉 味噌 豆腐 卵 しらす 他2種 ●にんにく 生姜 人参 葱 たら 玉葱 キャベツ 胡瓜 みかん	
31	金	ご飯 鶏肉の照り焼き もやしののり和え 里芋の煮ころがし 豆腐の味噌汁 オレンジ	午前 ビスケット 午後 ジャムサンド	●米 蒟蒻 里芋 砂糖 食パン いちごジャム ●鶏肉 のり 豆腐 味噌 牛乳 ●ほうれん草 人参 もやし えのき 葱 オレンジ	

※午前のおやつ(0, 1, 2歳のみ)変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。

立案者: 下瀬 有希

令和6年度		1 月	離乳食 予定献立表		六甲ゆりかごこども園・クーラ
日	曜日	ごはん	おやつ		材料
4	土	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋
6	月	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	米 白身魚 人参 大根 玉葱
7	火	パン スープ 鶏肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	パン 鶏肉 大根 人参 玉葱
8	水	お粥 お汁 牛肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	米 牛肉 玉葱 ほうれん草 さつま芋
9	木	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 白身魚 白菜 人参 玉葱
10	金	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	うどん 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ
11	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	うどん 豚肉 玉葱 キャベツ 人参
14	火	パン スープ 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン 豚肉 玉葱 キャベツ ほうれん草
15	水	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 鮭 人参 玉葱 南瓜
16	木	煮込みうどん 肉団子と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	うどん 肉団子 玉葱 人参 さつま芋
17	金	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 白身魚 人参 さつま芋 大根
18	土	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 じゃが芋
20	月	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	うどん 鶏肉 大根 人参 南瓜
21	火	お粥 お汁 肉団子と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	米 肉団子 玉葱 人参 じゃが芋
22	水	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 かれい ブロッコリー 人参 大根
23	木	パン スープ 肉団子と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン 肉団子 じゃが芋 玉葱 人参
24	金	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 白身魚 白菜 ほうれん草 人参
25	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱
27	月	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 豚肉 白菜 人参 じゃが芋
28	火	パン スープ 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン 白身魚 さつま芋 人参 玉葱
29	水	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ
30	木	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	米 鮭 玉葱 人参 さつま芋
31	金	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ビスケット	米 鶏肉 ほうれん草 人参 南瓜

※午前のおやつは変更する場合があります。

**ゆりかご** **クーラ**

お誕生日会です。

立案者：下瀬 有希