



Menu 2024.1.16-31 Ayame nursery school

日 曜	副 食	食 材	お や つ	
			10時(未満児)	3時(共通)
16 火	 ひじきとしらすのおにぎり 野菜サラダ みかん ブロッコリー	たんたんめん ちくわのカレー揚げ ミニゼリー	 HAPPY BIRTHDAY 牛乳 白い風船	牛乳 いちごのケーキ 
17 水	やさしいオープンオムレツ きゅうりとカニカマの酢の物 ミニトマト しいたけのみそ汁	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、ベーコン、じゃがいも、 とろけるチーズ、卵、豆乳、バター(無塩)、塩こしょう、トマ トケチャップ、きゅうり、にんじん、かに風味かまぼこ、わか め、もやし、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、ごま(白)、ミニ トマト、しいたけ、たまねぎ、かぼちゃ、えのきたけ、麦み そ、煮干し、こまつな	牛乳 黒糖パン	牛乳 フルーツポンチ 
18 木	たまごコロケ あつさりサラダ バナナ 白菜のみそ汁	じゃがいも、たまねぎ、ゆで卵、ツナ缶、にんじん、パン粉、 卵、小麦粉、サラダ油、中濃ソース、トマト、プロセスチー ズ、にんじん、黄ピーマン、きゅうり、QP和風しょうゆごま ドレッシング、バナナ、はくさい、たまねぎ、しいたけ、さつ まいも、わかめ、煮干し、麦みそ、ほうれんそう	牛乳 オレンジ	牛乳 ほねほねクラッカー 
19 金	食 育 の 日 ※おかず入りのお弁当をお願いします		牛乳 ビスケット	スキムミルク お芋のホイールケーキ 
20 土	ささみのごまフライ 春雨サラダ パイナップル 南瓜のみそ汁	ささみ、小麦粉、パン粉、卵、ごま(白)、ごま (黒)、サラダ油、はるさめ、にんじん、きゅうり、 わかめ、ロースハム、和風ドレッシング、パイナップ ル、かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、わかめ、麦 みそ、煮干し、こまつな	牛乳 りんご	牛乳 チーズじゃがもち 
22 月	エビグラタン 大根と豚ひき肉の炒め煮 キウイ オニオンスープ	むきえび、ウインナー、にんじん、ホールコーン缶、ほうれん そう、たまねぎ、しめじ、マカロニ、バター(無塩)、小麦粉、 豆乳、牛乳、パン粉、とろけるチーズ、サラダ油、豚ひき肉、 だいこん、にんじん、しょうゆ、料理酒、ごま油、キウイフ ルーツ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、グリーンピース、 コンソメ	牛乳 バナナ	スキムミルク ジャムサンド 
23 火	親子丼 三色やさしいナムル 枝豆 じゃが芋のみそ汁	鶏肉、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、乾しいたけ、油揚げ、板 付かまぼこ、いんげんまめ、卵、三温糖、しょうゆ、サラダ 油、ほうれんそう、もやし、きゅうり、にんじん、鳥がらだ し、ごま油、ごま(白)、えだまめ(冷凍)、じゃがいも、たまね ぎ、しめじ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 カルシウムせんべい	牛乳 りんごのコンポート 
24 水	鮭のチーズ焼き 白菜のごまマヨネーズ和え ミニトマト 厚揚げのみそ汁	鮭、塩こしょう、スライスチーズ、にんじん、はくさ い、きゅうり、ロースハム、にんじん、マヨネーズ、 ごま(白)、ミニトマト、厚揚げ、たまねぎ、わかめ、 にんじん、麦みそ、煮干し、ほうれんそう	牛乳 栄養ボーロ	牛乳 フルーチェ
25 木	鶏肉のみそ漬焼き ひじきとごぼうのツナサラダ パイナップル キャベツのみそ汁	鶏肉、米みそ、三温糖、みりん風調味料、料理酒、芽 ひじき、しょうゆ、ツナ缶、えだまめ、ささがきごぼ う、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、パイナップ ル、きゃべつ、たまねぎ、えのきたけ、じゃがいも、 わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 ミニボルガ	牛乳 黒糖小魚 ビスコ 
26 金	キャベツと卵の春巻き レンコンのきんぴら みかん ワカメスープ	春巻きの皮、ゆで卵、豚肉、きゃべつ、たまねぎ、中 濃ソース、サラダ油、れんこん、にんじん、ピーマ ン、しらたき、ごま(白)、しょうゆ、三温糖、ごま 油、みかん、わかめ、たまねぎ、えのきたけ、だいこ ん、中華だし、こねぎ	牛乳 キウイ	スキムミルク ポパイケーキ 
27 土	白身魚のゴマ焼き サラダバグッティ りんご さつまいもとごぼうのみそ汁	白身魚、しょうが、小麦粉、ごま(白)、ごま(黒)、ス バグティ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マヨ ネーズ、りんご、さつまいも、ごぼう、たまねぎ、わ かめ、煮干し、麦みそ、ほうれんそう	牛乳 アンパンマンせんべい	牛乳 メロンパン
29 月	キャベツのしゅうまい ブロッコリーのツナマヨネーズ和 え オレンジ むらくも汁	豚ひき肉、むきえび、しょうが、絹ごし豆腐、長ねぎ、たまね ぎ、卵、片栗粉、きゃべつ、サラダ油、ごま油、グリーンビー ス、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、だいこん、ツナ缶、 マヨネーズ、ネーブル、木綿豆腐、わかめ、たまねぎ、にんじ ん、卵、煮干し、かつお節、片栗粉、こまつな	牛乳 ウエハース	スキムミルク かぼちゃの豆乳もち 
30 火	ほうれん草の豆乳キッシュ キャベツの酢の物 ミニトマト ワカメのみそ汁	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、シャウエッ セン、卵、豆乳、バター(無塩)、塩こしょう、トマトケチャ ップ、きゃべつ、きゅうり、にんじん、板付かまぼこ、焼き竹 輪、三温糖、うすくちしょうゆ、酢、ミニトマト、わかめ、し いたけ、たまねぎ、かぼちゃ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 バナナ	牛乳 ピザトースト 
31 水	鮭のカレーピカタ エビのかき揚げ パイナップル 人参のポタージュ	さけ、卵、パセリ、小麦粉、カレー粉、むきえび、長 ねぎ、たまねぎ、にんじん、さつまいも、天がら粉、 サラダ油、パイナップル、にんじん、たまねぎ、 じゃがいも、さつまいも、豆乳、牛乳、バター(無 塩)、コンソメ	牛乳 キウイ	牛乳 ドロップクッキー 

