

日	曜	主 食	副 食 共 通	お や つ	
				午前(未満児)	午後(共通)
1	木	ご飯	鶏の唐揚げ マッシュサラダ トマト パイナップル すり身スープ	牛乳 せんべい	牛乳★さつま芋のつき揚げ
2	金	カレーライス	ポークカレー 野菜スティック もも缶 ほうれん草スープ	牛乳 ミレービスケット	牛乳 丸ボーロ
3	土	食パン	焼豚ラーメン シューマイ かぼちゃのホクホク焼き キウイ	牛乳 ★バナナケーキ	牛乳 えびまるせん
5	月	ご飯	白身魚のごま味噌焼き ワカメとじゃこの酢の物 りんご きのことスープ	牛乳 動物ビスケット	牛乳★フルーツポンチ
6	火	ご飯	肉じゃが トマト チーズキャッチ オレンジ 卵スープ	牛乳 バナナ	牛乳★米粉かりんとう
7	水	わかめご飯	蓮根の卸し揚げ団子 ブロッコリー いちご 厚揚げの味噌汁	牛乳 ポテトチップス	牛乳★スキムクッキー
8	木	ご飯	魚のカラフル焼き 焼き南瓜 ミニトマト キウイ コンソメスープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳★ピザ風パン
9	金	ご飯	麻婆豆腐 じゃが芋の塩昆布サラダ アスパラ もも缶 わかめスープ	牛乳 紫芋チップ	牛乳 おまんじゅう
10	土	モーニングロールパン	スパゲティ ブロッコリー みかん コーンスープ	牛乳 ★ふかし芋	牛乳 動物ビスケット
12	月	ご飯	さんまの唐揚げ マッシュサラダ いちご もやしスープ	牛乳 きなこおかし	牛乳★アーモンドケーキ
13	火	か ん げ い え ん そ く			
14	水	ご飯	松風焼き 三色サラダ みかん きこの味噌汁	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳★白玉ぜんざい
15	木	ご飯	魚のタルタルソースかけ ほうれん草の和え物 パイン缶 野菜スープ	牛乳 野菜スティック	牛乳★もちもちドーナツ
16	金	カレーライス	チーズカレー スティックサラダ もも缶 豆腐のスープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳★蒸しパン
17	土	食パン	ひじき麺お子様うどん チキンナゲット オレンジ 人参きんぴら	牛乳★マカロニあべかわ	牛乳 こつぶあられ
19	月	ご飯	さばの味噌煮 マカロニサラダ キウイ はんぺんスープ	牛乳 ひじきスティック	牛乳★あべかわ団子
20	火	(お誕生会) わかめご飯	肉団子のケチャップ煮 ブロッコリーの和え物 いちご 野菜たっぷりポトフ	牛乳 バナナ	牛乳 ヨーグルト
21	水	ご飯	すり身の餃子揚げ チーズキャッチ 納豆 みかん缶 豆腐の味噌汁	牛乳 カル鉄スティック	牛乳★りんごパイ
22	木	ご飯	白身魚の利休焼き さつま芋サラダ りんご 卵ときのこのスープ	牛乳 カットチーズ	牛乳★豆花
23	金	カレーライス	なすのキーマカレー 枝豆 トマト もも缶 豆腐のスープ	牛乳 野菜スナック	牛乳 バナナ蒸しパン
24	土	モーニングロールパン	長崎ちゃんぽん 煮豆 シャウエッセン パイナップル	牛乳 ★リンゴケーキ	牛乳 ミレービスケット
26	月	ご飯	鮭の幽庵焼き 南瓜とツナのサラダ デコポン わかめの味噌汁	牛乳 クラッカー	牛乳★フルーツゼリー
27	火	ご飯	豆腐入り卵焼き ミニトマト キウイ コンソメスープ	牛乳 バナナ	牛乳★いきなり団子
28	水	わかめご飯	干し大根とじゃが芋の煮物 シャウエッセン みかん缶 キャベツの味噌汁	牛乳 ミルクスティック	牛乳★フレンチトースト
30	金	ご飯	牛丼 アスパラ トマト もも缶 豆腐のスープ	牛乳 小魚スナック	牛乳★りんごマフィン

※都合により献立を変更する場合があります

★印は手作りおやつです

20日(火) お誕生会

献立紹介・・・アーモンドケーキ(12日おやつ)

♡材料♡(マフィン型6個分)

- ☆薄力粉 75g
- ☆スキムミルク 10g
- ☆アーモンドプードル 15g
- ☆ベーキングパウダー 3g
- ・マーガリン 60g
- ・砂糖 60g
- ・卵 1個
- ・生クリーム 15g
- ・牛乳 30g
- ・バニラエッセンス 適量

♡作り方♡

- 1、☆を合わせてふるっておく。マーガリンを泡立て器で混ぜ、ふんわりしたら砂糖を加えてさらにフワッとなるまで混ぜる。
- 2、溶き卵を①に少しずつ入れて混ぜるのを何度か繰り返し、最後にバニラエッセンスを入れる。
- 3、生クリーム、牛乳の順に入れ、その都度よく混ぜる。
- 4、最後に☆を入れ、ゴムベラで粉が見えなくなるまでさっくりと混ぜる。
- 5、カップに7分目くらいに分け入れ、180°のオーブンで23分くらい焼く。

