

1月

3歳未満

Oisix献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1月					
カロリー	1月					
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 豚だいこん 里芋とベーコンの炒め物 みそ汁(オクラ・にんじん)	ごはん 鮭のフライ はくさいとにんじんの納豆和え みそ汁(しめじ・玉ねぎ)	七草風ごはん 炒り豆腐(豚肉) キャベツとハムのフレンチサラダ みそ汁(じゃがいも・わかめ) バナナ	肉うどん 生揚げの磯辺焼き こまつなのしらすサラダ	ごはん かれいの照り焼き チンゲン菜と竹輪の和え物 みそ汁(はくさい・にんじん) マスカットゼリー	鶏キャベツ丼 ハムのマカロニサラダ みそ汁(さといも・油揚げ)
午後おやつ	牛乳 ピラフ(ウインナー)	牛乳 ブルーベリースコーン	牛乳 スイートポテト	牛乳 五平餅	牛乳 揚げパン(きな粉)	牛乳 レーズンパン
カロリー	481 kcal	477 kcal	473 kcal	476 kcal	451 kcal	485 kcal
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前おやつ		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	 成人の日	ごはん さばの味噌チーズ焼き 高野豆腐とチンゲン菜の炒め煮 すまし汁(かぼちゃ・はくさい)	食パン さといものグラタン ほうれん草とひじきのツナマヨドレサラダ ミネストローネ(ベーコン)	ごはん 青のりチキン きゅうりとハムの春雨サラダ みそ汁(かぼちゃ・わかめ)	ごはん 鶏とキャベツのうま塩炒め ポテトサラダ(ドレッシング) みそ汁(高野豆腐・ごぼう) みかん	生揚げ丼 ブロッコリーとコーンの炒めもの みそ汁(さつまいも・玉ねぎ)
午後おやつ		牛乳 肉まん	牛乳 しらす納豆チャーハン	牛乳 パイナップルマフィン	牛乳 ナポリタン	牛乳 しらすチヂミ
カロリー		455 kcal	473 kcal	462 kcal	471 kcal	472 kcal
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 豚だいこん 里芋とベーコンの炒め物 みそ汁(オクラ・にんじん)	ごはん 鮭のフライ はくさいとにんじんの納豆和え みそ汁(しめじ・玉ねぎ)	ドライカレー キャベツとハムのフレンチサラダ コンソメスープ(じゃがいも・だいこん) バナナ	肉うどん 生揚げの磯辺焼き こまつなのしらすサラダ	ごはん かれいの照り焼き チンゲン菜と竹輪の和え物 みそ汁(はくさい・にんじん) マスカットゼリー	鶏キャベツ丼 ハムのマカロニサラダ みそ汁(さといも・油揚げ)
午後おやつ	牛乳 ピラフ(ウインナー)	牛乳 ブルーベリースコーン	牛乳 さつまいもきなこシュガー	牛乳 五平餅	牛乳 揚げパン(きな粉)	牛乳 レーズンパン
カロリー	481 kcal	477 kcal	471 kcal	476 kcal	451 kcal	485 kcal
日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日
午前おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん チンジャオロース だいこんとツナのナムル みそ汁(えのき・わかめ) マスカットゼリー	ごはん さばの味噌チーズ焼き 高野豆腐とチンゲン菜の炒め煮 すまし汁(かぼちゃ・はくさい)	食パン さといものグラタン ほうれん草とひじきのツナマヨドレサラダ ミネストローネ(ベーコン)	ごはん 青のりチキン きゅうりとハムの春雨サラダ みそ汁(かぼちゃ・わかめ)	彩りごはん 鶏とれんこんのおろし煮 じゃがいもとこまつなの和風炒め みそ汁(高野豆腐・えのき) みかん	生揚げ丼 ブロッコリーとコーンの炒めもの みそ汁(さつまいも・玉ねぎ)
午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 肉まん	牛乳 しらす納豆チャーハン	牛乳 パイナップルマフィン	牛乳 ココアホイップケーキ	牛乳 しらすチヂミ
カロリー	468 kcal	455 kcal	473 kcal	462 kcal	495 kcal	472 kcal