

《1月の献立表》

日(曜日)	主食	主 菜	副 菜	汁など	未満児 朝おやつ	全園児 おやつ
月 19	ごはん	ポークビーンズ	春雨とハムのサラダ	すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳 ホットケーキ
	ビタミン強化米	大豆、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ホールトマト缶、パセリ	春雨、人参、きゅうり、ハム、コーン缶、マヨネーズ	木綿豆腐、えのきたけ、かまぼこ、小ねぎ		ホットケーキミックス、牛乳、卵、メープルシロップ
火 6,20	ごはん	さつまいもカレーライス	大根サラダ	日向夏	飲むヨーグルト トせんべい	牛乳 クッキー
	ビタミン強化米	鶏肉、さつまいも、人参、玉ねぎ、カレールウ	大根、きゅうり、人参、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ	日向夏		牛乳、小麦粉、バター、三温糖、卵
水 7,21	ごはん	鮭のねぎ味噌焼き	伴三糸	春の七草味噌汁	牛乳 バナナ	(以)きなこ団子 (未)きなこおにぎり
	ビタミン強化米	鮭、小ねぎ、人参、味噌	春雨、きゅうり、人参、卵	七草、大根、人参、しめじ (21日は七草がほうれん草に代わります)		牛乳、白玉粉、絹ごし豆腐、きな粉
木 8,22	ごはん	肉じゃが	トマトの甘酢和え	きのこスープ	牛乳 せんべい	フルーツサンドイッチ (いちご)
	ビタミン強化米	鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、いんげん	トマト、きゅうり、玉ねぎ、パセリ	しいたけ、えのきたけ、しめじ、玉ねぎ、キャベツ、ベーコン		サンドイッチパン、いちご、生クリーム
金 9,23	ごはん	マーボー豆腐	きゅうりとワカメの酢の物	味噌汁	牛乳 ビスコ	牛乳 スイートポテト
	ビタミン強化米	木綿豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、干しいたけ、しょうが、にんにく	きゅうり、わかめ、人参、もやし、コーン缶	かぼちゃ、玉ねぎ、しめじ、小ねぎ		さつまいも、バター、牛乳、三温糖、卵
土 10,24	めん	ナポリタンスパゲッティ	キャベツの中華和え	バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
	スパゲッティ	ウインナー、玉ねぎ、人参、ピーマン、粉チーズ	キャベツ、人参、もやし、ツナ缶、コーン缶	バナナ		お楽しみおやつ
月 26	ごはん	うずらの卵と野菜のカレー煮	白菜のツナ和え	すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳 メロンパンクッキー
	ビタミン強化米	ウズラの卵、豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、カレー粉	白菜、人参、もやし、ツナ缶	木綿豆腐、わかめ、えのきたけ、小ねぎ		牛乳、ホットケーキミックス、卵、グラニュー糖
火 13,27	ごはん	牛肉の柳川風煮物	納豆和え	わかめスープ	牛乳 バナナ	ヨーグルトトースト
	ビタミン強化米	牛肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しいたけ、小松菜、卵	ほうれん草、人参、ひきわり納豆	キャベツ、人参、えのきたけ、わかめ		食パン、ヨーグルト、いちごジャム
水 28	ふりかけ ごはん	煮魚	スパゲッティのツナサラダ	豚汁	牛乳 クッキー	チーズ饅頭
	ビタミン強化米、ふりかけ	はまち、しょうが	サラダスパゲッティ、人参、きゅうり、玉ねぎ、ツナ缶、コーン缶	豚肉、大根、人参、里芋、板こんにゃく、油揚げ、小ねぎ		卵、バター、小麦粉、ベーキングパウダー、クリームチーズ
木 15,29	ごはん	生姜焼き	チーズサラダ	味噌汁	牛乳 せんべい	わかめおにぎり
	ビタミン強化米	豚肉、玉ねぎ、人参、りんご、しょうが、にんにく	ちくわ、チーズ、キャベツ、きゅうり、人参	キャベツ、かぶ、油揚げ、小ねぎ		ビタミン強化米、炊き込みわかめ、ごま
金 16,30	ごはん	鶏の甘酢和え	千切り大根の塩昆布サラダ	根菜スープ	牛乳 せんべい	牛乳 焼き芋
	ビタミン強化米	鶏肉、片栗粉、酢、三温糖、しょうゆ	切干大根、きゅうり、ツナ缶、塩昆布、レモン汁、にんにく	大根、人参、玉ねぎ、ベーコン、		牛乳、さつまいも
土 17,31	ごはん	親子丼	きゅうりの浅漬け	りんご	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
	ビタミン強化米	鶏肉、玉ねぎ、人参、深ねぎ、干しいたけ、卵	きゅうり、塩、三温糖、しょうゆ	りんご		牛乳、お楽しみおやつ
誕生会 14	チキン ライス	鶏のマーマレード焼き	コールスローサラダ	太平燕 オレンジ	牛乳 ビスコ	飲むヨーグルト バナナマフィン
	ビタミン強化米、鶏肉、玉ねぎ、人参	鶏肉、しょうが、にんにく、マーマレードジャム	キャベツ、きゅうり、ハム、コーン缶、マヨネーズ	豚肉、春雨、白菜、人参、干しいたけ		飲むヨーグルト、小麦粉、ベーキングパウダー、バナナ、バター
お弁当の日 5	<div>お弁当の日</div>				お茶 せんべい	ちーず蒸しパン
						小麦粉、ベーキングパウダー、固形チーズ、牛乳

魚の種類など食材調達の都合により変更する場合があります。
調味料など枠の幅の都合で入力を省いている箇所があります。ご了承ください。

