

1月



## 献立表



敬親かもがた保育園

日曜	うめ組・もも組・ゆり組のおやつ	献立名	主要材料	3時のおやつ
4金	お茶 菓子	ご飯 ナゲット マカロニサラダ かぼちゃスープ チーズ	鶏肉 マカロニ ツナ 小松菜 キャベツ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ グリンピース	お茶 オレンジスコーン
5土	お茶 菓子	シーフードカレー コーンサラダ オレンジ	えび いか 玉ねぎ 人参 セロリ 大豆 切干大根 キャベツ コーン わかめ	お茶 きな粉蒸しパン
7月	牛乳 菓子	ご飯 たららの磯辺揚げ かみかみ和え 豆腐の澄まし汁 りんご	たら 大根 水菜 人参 コーン さきいか 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ えのき茸	お茶 七草がゆ
8火	牛乳 菓子	コッペパン ミートスパゲティー えのき茸のスープ チーズ 牛乳(きく組～)	スパゲティー 合挽肉 玉ねぎ 人参 小松菜 セロリ しめじ 切干大根 えのき茸 ハム いんげん	お茶 ひじきおにぎり
9水	牛乳 菓子	ご飯 豚肉のピカタ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ ヨーグルト	豚肉 卵 ブロッコリー キャベツ 切干大根 人参 チーズ 玉ねぎ しめじ ベーコン いんげん 豆乳	ミルク りんごとレーズンのケーキ
10木	牛乳 菓子	ご飯 ぶりの照り焼き 五色なます 里芋のみそ汁 みかん	ぶり 大根 人参 水菜 昆布 しらす干し ごま 里芋 ほうれん草 玉ねぎ えのき茸	ミルク ピザトースト
11金	牛乳 菓子	ご飯 チキン南蛮 小松菜のおかか和え 白菜の澄まし汁ゼリー	鶏肉 小松菜 人参 切干大根 もやし ちくわ 豆腐 白菜 わかめ いんげん	ミルク 白玉ぜんざい
12土	牛乳 菓子	豚肉の柳川風井 じゃが芋のみそ汁 バナナ	豚肉 ごぼう 玉ねぎ 人参 しらたき 干し椎茸 ねぎ 卵 じゃが芋 油揚げ いんげん	牛乳 麩のラスク
15火	牛乳 菓子	ご飯 さばのおろし煮 白菜ののり和え ごぼうのみそ汁 ヤクルト	さば(たら) 大根 白菜 水菜 人参 えのき茸 しらす干し ごぼう 玉ねぎ 油揚げ こんにゃく ねぎ	ミルク お好み焼きパン
16水	牛乳 バナナ	ご飯 すき焼風煮物 いんげんの澄まし汁 オレンジ	牛肉 豆腐 白菜 玉ねぎ 人参 えのき茸 ごぼう 椎茸 しらたき ねぎ いんげん 里芋 切干大根	ミルク おからマドレーヌ
17木	牛乳 菓子	ケチャップライス 鶏肉のコンソメ唐揚げ ポテトサラダ いちごゼリー	鶏肉 玉ねぎ 人参 コーン グリンピース じゃが芋 ハム 水菜 りんご	カルピス 誕生日ケーキ
18金	牛乳 菓子	ご飯 いわしの酢醤油煮 キャベツの昆布和え 豚汁 バナナ	いわし(たら) キャベツ 白菜 人参 えのき茸 昆布 豚肉 大根 ごぼう 油揚げ ねぎ	ミルク プチパイ
19土	牛乳 菓子	ビビンバチャーハン わかめスープ チーズ	合挽肉 キャベツ 小松菜 人参 切干大根 もやし ごま 玉ねぎ コーン わかめ	牛乳 サンドクッキー
21月	牛乳 菓子	ご飯 たららのねぎ味噌焼き 大豆煮 かぶの澄まし汁 オレンジ	たら ねぎ 大豆 干し椎茸 切干大根 人参 こんにゃく グリンピース かぶ しめじ 油揚げ	ミルク まんまるじゃが
22火	牛乳 菓子	ロールパン 豚肉のオニオンソース サラダ 大豆のスープゼリー 牛乳(きく組～)	豚肉 玉ねぎ 大根 水菜 人参 ハム 大豆 玉ねぎ 切干大根 いんげん	お茶 にゅうめん
23水	牛乳 みかん	ご飯 とり天 卵の花和え なめこみそ汁 りんご	鶏肉 卵 おから ごぼう 切干大根 いんげん 人参 ひじき なめこ 油揚げ ねぎ	ミルク 豚まん
24木	牛乳 菓子	ご飯 焼き餃子 小松菜のナムル 春雨スープ バナナ	合挽肉 玉ねぎ 小松菜 もやし 人参 ひじき ごま 春雨 白菜 コーン わかめ	ミルク レーズンメロンパン
25金	牛乳 菓子	ご飯 コロッケ サラダ ベーコンスープ ヨーグルト	合挽肉 じゃが芋 玉ねぎ 卵 コーン キャベツ 切干大根 水菜 ベーコン しめじ 小松菜	ミルク スノーボール
26土	お茶 菓子	ご飯 さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し 麩の澄まし汁 いちご	さわら ほうれん草 ひじき 切干大根 えのき茸 人参 ごま 麩 玉ねぎ レンコン ねぎ	お茶 お菓子
28月	牛乳 菓子	ご飯 鶏味噌ちゃんこ鍋風 里芋の煮物 プリン	鶏肉 白菜 水菜 大根 人参 しめじ 豆腐 ねぎ 里芋 いんげん	ミルク チヂミ
29火	牛乳 バナナ	ご飯 マーボー豆腐 ワンタンスープ みかん	合挽肉 豆腐 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 切干大根 ひじき ワンタン 干し椎茸 ねぎ ごま	ミルク パンプディング
30水	牛乳 菓子	ご飯 鮭のフィッシュボール サラダ コーンスープ りんご	鮭 じゃが芋 チーズ 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ 小松菜 コーン ツナ 切干大根 卵	ミルク ベーコンのマフィン
31木	牛乳 菓子	レーズンパン 鶏肉のマーマレード焼き サラダ スープ バナナ 牛乳(きく組～)	鶏肉 カリフラワー 小松菜 切干大根 コーン しらす干し ベーコン キャベツ かぶ セロリ トマト	お茶 味噌ラーメン

献立は変更になる場合があります。