



1 月献立表(昼食・おやつ)



社会福祉法人 みつき福祉会
みつ き 浜 乃 木 保 育 園

	献立名	材 料 名	おやつ
2 (月)	 年始休園		
3 (火)	年始休園 		
4 (水)	 お弁当の日  <small>お弁当には必ず火を通したものをに入れていただきますようお願いいたします。</small>		ボーロ クラッカーサンド (クラッカー・いちごジャム)
5 (木)	カレーライス ソテー りんご	米・豚肉・人参・しめじ・玉葱・カレールウ じゃが芋・ベーコン・玉葱・塩・こしょう りんご	クラッカー ボーロ (小麦粉・砂糖・バター・油)
6 (金)	ごはん 鶏の醤油マヨ焼き 切干大根の炒り煮 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・マヨネーズ・醤油・かつお節 切干大根・人参・油揚げ・油・砂糖・醤油・みりん じゃがいも・わかめ・玉葱・味噌 オレンジ	ビスケット 七草粥 (米・七草・塩) 
7 (土)	鮭ごはん 味噌汁 みかん	米・鮭・しそ・塩・ごま 豚肉・人参・大根・玉葱・わかめ・味噌 みかん	チーズ おやつパン
9 (月)	 成人の日 		
10 (火)	ロールパン オムレツ サラダ スープ バナナ	ロールパン 卵・ベーコン・しめじ・玉葱・じゃが芋・ケチャップ キャベツ・ごぼう・ツナ・マヨネーズ・醤油 人参・えのき・かぶ・パセリ・コンソメ	ビスケット おにぎり (米・鮭フレーク・ごま)
11 (水)	ごはん 筑前煮 おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・人参・大根・里芋・れんこん・干し椎茸・薄口醤油・醤油・みりん・砂糖・酒 小松菜・もやし・かつお節・醤油 玉葱・えのき・卵・味噌 オレンジ	リッツ エジプト焼き (うどん・ニラ・卵・長芋・お好みソース) 
12 (木)	★誕生会メニュー 大根ごはん 鶏肉のゆずソース 塩っぺ和え 味噌汁 みかん	米・大根・大根の葉・ごま・薄口醤油・酒・塩 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ゆず・砂糖・酢・しょうゆ 白菜・切り干し大根・塩昆布 里芋・玉葱・人参・葱・味噌 みかん	ボーロ 型抜きクッキー (小麦粉・バター・砂糖・生クリーム・ベーキングパウダー)
13 (金)	ごはん 魚のごま照り焼き 納豆和え かぶら汁 バナナ	米 鮭・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・人参・納豆・醤油・もみり かぶ・かぶの葉・卵・塩・薄口醤油 バナナ	クラッカー スイートボール (さつまいも・チーズ・片栗粉・油)
14 (土)	焼きうどん スープ オレンジ	うどん・豚肉・人参・もやし・玉葱・椎茸・キャベツ・焼きそばソース 白菜・人参・もやし・中華だしの素 オレンジ	リッツ おにぎり (米・塩昆布・ごま)
16 (月)	ごはん 豆腐の肉味噌チーズ焼き ゆかり和え すまし汁 バナナ	米 豆腐・豚挽き肉・玉葱・おろし生姜・味噌・砂糖・みりん・酒・ピザチーズ キャベツ・もやし・ゆかり 大根・大根の葉・人参・薄口醤油・塩 バナナ	チーズ 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・抹茶)

★3歳未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。
★天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

	献立名	材料名	おやつ
17 （火）	ごはん レバーのかりんとう もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖・ごま 白菜・切干大根・もみのり・醤油 えのき・もやし・人参・葱・味噌 オレンジ	ビスケット アップルクーヘン （ホットケーキミックス・グラニュー糖・ 無塩バター・卵・りんご）
18 （水）	ごはん 厚揚げと豚肉のトロトロ炒め しらす和え 味噌汁 みかん	米 豚肉・厚揚げ・白菜・なめこ・人参・酒・中華だしの素・薄口醤油・砂糖・ごま油・片栗粉 きゅうり・かぶ・人参・しらす干し・酢・薄口醤油・砂糖  みかん 大根・玉葱・葱・味噌	リッツ きなこ団子 （白玉粉・きな粉・砂糖・塩）
19 （木）	ごはん 鶏肉のパン粉焼き サラダ スープ バナナ	米 鶏肉・バター・塩・こしょう・パン粉・レモン汁 キャベツ・切干大根・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 白菜・もやし・人参・コンソメ バナナ	クラッカー 磯ビーンズ （大豆・片栗粉・揚げ油・青のり・醤油・砂糖・ みりん・ごま）
20 （金）	塩ラーメン ゆで卵 りんご	生中華麺・焼豚・玉葱・人参・椎茸・もやし・葱・ごま油・中華だしの素・塩・酒・薄口醤油・こしょう 卵・塩 りんご	ボーロ おにぎり  （米・しそわかめ・ごま）
21 （土）	納豆の卵とし丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・納豆・卵・人参・椎茸・玉葱・薄口・砂糖・醤油・みりん・酒 大根・わかめ・白菜・味噌 バナナ	チーズ おやつパン
23 （月）	ごはん スタミナ炒め 和え物 味噌汁 りんご	米 豚肉・人参・玉葱・もやし・しめじ・キャベツ・生姜・にんにく・みりん・酒・砂糖・醤油・油 白菜・キャベツ・人参・醤油  じゃが芋・もやし・卵・葱・味噌 りんご	ビスケット ココアマフィン （小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・ 無塩バター・卵・牛乳・ココア）
24 （火）	ごはん 魚の昆布あんかけ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 かれい・片栗粉・揚げ油・葱・塩昆布・みりん・酒・薄口・片栗粉 大根・人参・ツナ・醤油 白菜・豆腐・葱・味噌 オレンジ	リッツ スイートパンプキン （かぼちゃ・砂糖・生クリーム・バター）
25 （水）	ミートスパゲッティー スープ バナナ	スパゲッティー・豚挽肉・玉葱・人参・しめじ・にんにく・バター・コンソメ・ケチャップ・中濃ソース・トマトピューレ・砂糖・塩・こしょう 大根・コーン・白菜・葱・コンソメ バナナ	クラッカー ヨーグルト
26 （木）	ごはん おでん 酢のもの みかん	米 鶏肉・人参・大根・はんぺん・里芋・ウズラの卵・薄口・みりん・塩・酒 大根・きゅうり・わかめ・酢・砂糖・薄口 みかん	リッツ サブレ （小麦粉・ベーキングパウダー・バター・砂糖）
27 （金）	ごはん 和風ハンバーグ 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚挽肉・鶏挽肉・玉葱・ひじき・椎茸・パン粉・砂糖・醤油・生姜・酒・塩・こしょう ほうれん草・切干大根・醤油・かつお節 人参・卵・玉葱・味噌 バナナ	ボーロ パイ （パイシート・グラニュー糖）
28 （土）	炊き込みご飯 味噌汁 みかん	米・鶏肉・ひじき・人参・油揚げ・薄口・酒・砂糖 大根・えのき・里芋・わかめ・味噌 みかん	ビスケット おやつパン
30 （月）	ごはん 豆腐の揚げ団子 和え物 味噌汁 バナナ	米 豆腐・玉葱・鶏挽肉・人参・ニラ・しらす・片栗粉・卵・塩・薄口・油 人参・ほうれん草・すりごま・醤油・砂糖 白菜・大根・葱・麩・味噌 バナナ	クラッカー マカロニきな粉 （マカロニ・きな粉・砂糖・塩）
31 （火）	ごはん 鶏の梅焼き 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・梅干し・醤油・かつお節・マヨネーズ キャベツ・人参・もみのり・醤油 玉葱・里芋・大根・葱・味噌 オレンジ	チーズ もちもちパン （白玉粉・塩・油・牛乳）



1 月献立表(夕食)



社会福祉法人 みつき福祉会
みつ き 浜 乃 木 保 育 園

	献立名	材料名
2 (月)	 年始休園	
3 (火)	年始休園	
4 (水)	<u>食材の入荷がないため、夕食の提供が出来ません。</u>	
5 (木)	和風スパゲティー スティックチーズ オレンジ	スパゲティー・ツナ・玉葱・人参・バター・コンソメ・酒・塩・薄口醤油 チーズ オレンジ 
6 (金)	ごはん 豚肉の生姜焼き 塩っぺ和え 味噌汁 みかん	米 豚肉・玉葱・もやし・キャベツ・葱・酒みりん・醤油・砂糖・おろし生姜・油 白菜・人参・切干し大根・塩っぺ 豆腐・えのき・卵・味噌 みかん
7 (土)	麻婆丼 スープ バナナ	米・豚挽き肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・味噌・醤油・酒・砂糖・ごま油・片栗粉 人参・白菜・もやし・ごま・鶏ガラスープの素 バナナ
9 (月)	 成人の日 	
10 (火)	ごはん 豆腐チャンプルー 和え物 味噌汁 りんご	米 豆腐・豚肉・人参・玉葱・ニラ・しめじ・醤油 カリフラワー・ひじき・かつお節・醤油・砂糖 大根・人参・わかめ・味噌 りんご
11 (水)	ごはん クリスピーチキン サラダ スープ バナナ	米 鶏肉・カレー粉・塩・こしょう・マヨネーズ・コーンフレーク キャベツ・切り干し大根・ツナ・砂糖・酢・薄口 わかめ・人参・コーン・コンソメ バナナ
12 (木)	ごはん 肉団子のきのこあんかけ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 肉団子・玉葱・えのき・椎茸・醤油・酒・みりん・砂糖・片栗粉・だし汁 ほうれん草・人参・ツナ・醤油 玉葱・大根・麴・味噌 オレンジ
13 (金)	ごはん 揚げだし豆腐 和え物 味噌汁 みかん	米 豆腐・片栗粉・油・豚挽肉・葱・生姜・酒・砂糖・醤油・みりん 小松菜・人参・もやし・醤油・かつお節 麴・葱・しめじ・大根・味噌 みかん
14 (土)	根菜ごはん 豚汁 バナナ	米・鮭・里芋・大根・塩・みりん・醤油 豚肉・人参・玉葱・もやし・葱・味噌 バナナ
16 (月)	ごはん 鶏肉の甘辛煮 おかか和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・みりん・砂糖・醤油・酒 れんこん・きゅうり・ちくわ・かつお節・砂糖・醤油 南瓜・玉葱・人参・味噌 オレンジ

	献立名	材 料 名
17 (火)	ごはん 高野豆腐の卵とし ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 高野豆腐・鶏挽肉・干し椎茸・玉葱・卵・葱・酒・みりん・砂糖・薄口醤油・塩 キャベツ・切干し大根・ゆかり かぶ・人参・麴・味噌 バナナ
18 (水)	ごはん 魚のオーロラ焼き ソテー スープ オレンジ	米 鮭・ケチャップ・マヨネーズ ブロッコリー・コーン・バター・コンソメ 白菜・えのき・人参・コンソメ オレンジ
19 (木)	ごはん 肉じゃが 和え物 味噌汁 みかん	米 豚肉・玉葱・人参・じゃがいも・グリーンピース・糸こんにゃく・酒・砂糖・醤油・薄口醤油・油 キャベツ・人参・すりごま・砂糖・醤油 もやし・大根・葱・味噌 みかん
20 (金)	ごはん 鶏の味噌マヨ焼き ごま和え すまし汁 バナナ	米 鶏肉・酒・味噌・マヨネーズ ごぼう・人参・キャベツ・すりごま・醤油 玉葱・大根・麴・塩・薄口醤油 バナナ
21 (土)	焼きそば スープ オレンジ	焼きそば麺・人参・玉葱・椎茸・キャベツ・焼きそばソース 白菜・えのき・卵・中華だしの素 オレンジ
23 (月)	ごはん 鶏肉のポン酢焼き 和え物 味噌汁 みかん	米 鶏肉・ポン酢・醤油・酒・みりん 大根・わかめ・ちくわ・かつお節・醤油 油揚げ・もやし・人参・味噌 みかん
24 (火)	ごはん ホイコーロー サラダ 肉団子スープ バナナ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・ピーマン・人参・砂糖・醤油・おろしにんにく・おろし生姜・塩・こしょう・味噌・ごま油 ブロッコリー・れんこん・酢・薄口醤油・砂糖・ごま油 肉団子・玉葱・春雨・鶏ガラスープの素 バナナ
25 (水)	ごはん ちくわの磯辺揚げ 和え物 味噌汁 オレンジ	米 ちくわ・小麦粉・青のり・揚げ油 人参・ほうれん草・すりごま・醤油・砂糖 豆腐・大根・葱・味噌 オレンジ
26 (木)	ピラフ 魚のムニエル パスタサラダ スープ バナナ	米・ミックスベジタブル・コンソメ・バター・塩・こしょう 鮭・塩・小麦粉・粉チーズ・バター スパゲッティー・ツナ・人参・きゅうり・マヨネーズ・醤油 青梗菜・人参・かぶ・コーン・コンソメ バナナ
27 (金)	うどん スティック野菜 オレンジ	うどん・鶏肉・人参・玉葱・椎茸・油揚げ・醤油・薄口・みりん・砂糖 大根・きゅうり・かつお節・醤油 オレンジ
28 (土)	ハヤシライス スティックチーズ バナナ	米・豚肉・人参・しめじ・玉葱・ハヤシルウ・油 チーズ バナナ
30 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 味噌汁 みかん	米 鶏肉・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 ひじき・人参・油揚げ・酒・みりん・醤油・砂糖 さつまいも・玉葱・人参・葱・味噌 みかん
31 (火)	ごはん 魚の味噌煮 和え物 すまし汁 バナナ	米 さば・味噌・生姜・酒・砂糖・醤油・みりん ほうれん草・もやし・醤油・すりごま 麴・葱・人参・大根・薄口・塩 バナナ