



# 1月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ（未満児のみ）	午後おやつ（未満児・以上児）
2 （月）	<div><div>年始休園</div></div>			
3 （火）	<div><div>年始休園</div></div>			
4 （水）	<div><div>お弁当の日</div><div>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致します。</div></div>		ごまポッキー ビスケットサンド （ビスケット・いちごジャム）	
5 （木）	ごはん 鶏のごま味噌焼き ひじきの煮物 すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・すりごま・味噌・砂糖・みりん・酒・醤油 ひじき・しめじ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 肉団子・玉葱・わかめ・塩・薄口醤油 オレンジ	たまごボーロ もちもちドーナツ （ホットケーキ粉・白玉団子の粉・砂糖・油・牛乳・揚げ油）	
6 （金）	梅塩ラーメン かみかみサラダ 煮卵 バナナ	中華麺・豚肉・キャベツ・白葱・しそ・コーン・もやし・梅干し・酒・鶏がら・ごま油 小松菜・人参・もやし・さきいか・薄口醤油・ごま油・酢・砂糖 卵・醤油・みりん バナナ	スティックビスケット 七草粥 （米・七草・塩）	
7 （土）	豚しぐれごはん 和え物 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・もみのり・葱・砂糖・醤油・おろし生姜 キャベツ・切干大根・きゅうり・醤油・すりごま 人参・玉葱・椎茸・みつば・味噌 オレンジ	ごまポッキー おやつ	
9 （月）	<div><div>成人の日（祝日休園）</div></div>			
10 （火）	キーマカレー スティックサラダ チーズ みかん	米・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・しめじ・エリンギ・えのき・大豆・ケチャップ・中濃ソース・カレールウ・カレー粉・油・おろしにんにく・おろし生姜 大根・きゅうり・かつお節・酢・砂糖・薄口醤油・ごま油 スティックチーズ みかん	ブルーン お好み焼き （小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース）	
11 （水）	ごはん ホイコーロー 春雨サラダ スープ オレンジ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・砂糖・みりん・醤油・おろしにんにく・おろし生姜・ごま油・塩・こしょう・味噌 きゅうり・春雨・ハム・ごま油・酢・砂糖・薄口醤油・すりごま 白菜・椎茸・白葱・鶏がら・おろし生姜・塩・酒・ごま油・片栗粉 オレンジ	ごまポッキー コーンフレーククッキー （小麦粉・BP・無塩バター・砂糖・卵・コーンフレーク）	
12 （木）	ごはん さばのにんにく醤油焼き 煮浸し 味噌汁 りんご	米 さば・おろしにんにく・酒・砂糖・醤油 小松菜・しめじ・切干大根・酒・みりん・醤油 大根・人参・玉葱・葱・味噌 りんご	チーズ キャラメルポテト （さつま芋・砂糖・水・揚げ油・塩・生クリーム）	
13 （金）	★誕生会 春菊と豚肉の混ぜご飯 鶏の香味揚げ 塩昆布和え 味噌汁 バナナ	米・豚肉・春菊・人参・おろし生姜・油・ウスターソース・ケチャップ・醤油・ごま 鶏肉・片栗粉・揚げ油・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 キャベツ・きゅうり・もやし・塩昆布 さつま芋・もやし・しめじ・みつば・味噌 バナナ	スティックビスケット 麩のラスク （麩・無塩バター・砂糖）	
14 （土）	肉うどん 和え物 みかん	ゆでうどん・豚肉・油揚げ・玉葱・しめじ・人参・葱・薄口醤油・醤油・塩・酒・みりん 大根・人参・ツナ・醤油・砂糖 みかん	ごまポッキー おやつ	
16 （月）	牛丼 マヨ納豆和え 味噌汁 オレンジ	米・牛肉・しめじ・玉葱・もやし・人参・ごぼう・醤油・砂糖・みりん・酒 ほうれん草・もやし・人参・かつお節・ひきわり納豆・醤油・マヨネーズ 大根・大根の葉・油揚げ・味噌 オレンジ	チーズ 豆腐のカップケーキ （卵・絹ごし豆腐・ホットケーキ粉・バター・砂糖）	
17 （火）	豆乳かぼちゃパン かれいのサクサク焼き ブロッコリーの昆布和え スープ バナナ	豆乳かぼちゃパン かれい・塩・パン粉・パセリ・ウスターソース ブロッコリー・ハム・塩昆布・ごま油 じゃが芋・キャベツ・もやし・コンソメ バナナ	ごまポッキー 梅おにぎり （米・梅干し・かつお節）	

