

**１月献立表**

社会福祉法人　みつき福祉会

みのり黒田保育園

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | | | |
|  | 献立名 | 材料名 | おやつ |
| １  （月） | 年始休園 | | |
| ２  （火） |
| ３  （水） |
| ４  （木） | ※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします  **お弁当の日** | | クラッカー  ビスケットサンド  （ビスケット・いちごジャム） |
| ５  （金） | ごはん  鶏の照り焼き  煮しめ  かぼちゃの味噌汁  オレンジ | 米  鶏もも・片栗粉・砂糖・みりん・酒・醤油  里芋・大根・人参・ちくわ・砂糖・みりん・酒・醤油・かつお節・昆布  かぼちゃ・玉葱・白菜・わかめ・味噌・昆布・煮干し  オレンジ | ルヴァン  ツナおにぎり  （米・ツナ・砂糖・醤油・ごま） |
| ６  （土） | ドライカレー  コンソメスープ  みかん | 米・豚挽肉・にんにく・玉葱・人参・油・ピーマン・小麦粉・カレー粉・ウスターソース・塩  ケチャップ  豆腐・玉葱・えのき・もやし・チンゲン菜・コンソメ  みかん  成人の日（祝日休園） | 黒ごまビスケット  おやつパン |
| ８  （月） |  | | |
| ９  （火） | ごはん  松風焼き  大根なます  ほうれん草のすまし汁  バナナ | 米  豆腐・鶏挽肉・玉葱・ねぎ・酒・パン粉・味噌・砂糖・ごま  大根・人参・酢・砂糖・塩  ほうれん草・玉葱・しめじ・油揚げ・薄口・塩・かつお節・昆布  バナナ | スティックビスケット  七草粥  （米・七草・酒・薄口  塩・かつお節・昆布） |
| １０  （水） | 中華丼  ブロッコリーのかにかま和え  もやしの昆布ナムル  いよかん | 米・豚もも・醤油・酒・玉葱・人参・白菜・ゆでたけのこ・コーン・生姜・油・鶏がら・塩  砂糖・オイスターソース・片栗粉・ごま油  ブロッコリー・かにかまぼこ・酢・砂糖・薄口  もやし・人参・きゅうり・塩昆布・ごま・ごま油  いよかん | クラッカー  いもいもドーナツ  （さつま芋・片栗粉・砂糖・油  ベーキングパウダー） |
| １１  （木） | ごはん  焼き肉チキン  ジャーマンポテト  ミネストローネ  みかん | 米  鶏もも・にんにく・味噌・すりごま・みりん・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉  じゃが芋・ベーコン・玉葱・パセリ・コンソメ・油  豚挽肉・玉葱・人参・セロリ・エリンギ・なす・トマト缶・にんにく・コンソメ・塩・砂糖・油  みかん | プルーン  クロワッサンパイ  （パイシート・牛乳・グラニュー糖  ホットケーキシロップ） |
| １２  （金） | ごはん  さばのおろし煮  小松菜のごま醤油和え  里芋の味噌汁  バナナ | 米  さば・塩・片栗粉・油・大根・砂糖・みりん・醤油・かつお節・昆布  小松菜・人参・コーン・ごま・醤油・砂糖  里芋・玉葱・えのき・わかめ・味噌・昆布・煮干し  バナナ | ルヴァン  焼きそば  （焼きそば麺・豚ばら・キャベツ  もやし・焼きそばソース） |
| １３  （土） | 鶏ごぼうごはん  さつま芋の味噌汁  オレンジ | 米・鶏もも・ごぼう・砂糖・酒・みりん・醤油・油  さつま芋・玉葱・白菜・しめじ・油揚げ・味噌・昆布・煮干し  オレンジ | ビスケット  おやつパン |
| １５  （月） | きのこハヤシライス  焼きポテト  コールスロー  いよかん | 米・豚もも・玉葱・人参・しめじ・えのき・まいたけ・エリンギ・ハヤシルウ・油  じゃが芋・油・塩  キャベツ・人参・きゅうり・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・塩  いよかん | クラッカー  マカロニごまきな粉  （マカロニ・きな粉・砂糖・塩  すりごま） |
| １６  （火） | **★ひよこ・りす組誕生会**  炊き込みチャーハン  鶏のゆずソースがけ  れんこんサラダ  ワンタンスープ  みかん | 米・焼き豚・人参・白ねぎ・酒・塩・鶏がら・ごま油  鶏もも・酒・塩・片栗粉・油・ゆず・砂糖・酢・醤油  れんこん・ブロッコリー・人参・ハム・酢・砂糖・薄口  玉葱・人参・しめじ・もやし・チンゲン菜・しゅうまいの皮・鶏がら・ごま油・生姜  みかん | 黒ごまビスケット  チーズ蒸しケーキ  （ホットケーキミックス・牛乳・砂糖  クリームチーズ・油） |
| １７  （水） | ごはん  ぶり大根  ほうれん草のごま和え  なめこの味噌汁  りんご | 米  ぶり・大根・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油  ほうれん草・もやし・人参・すりごま・砂糖・醤油  なめこ・豆腐・玉葱・大根の葉・わかめ・味噌・昆布・煮干し  りんご | スティックビスケット  かぼちゃスノーボール  （小麦粉・砂糖・無塩バター  粉糖・かぼちゃ） |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 献立名 | 材料名 | おやつ |
| １８  （木） | ごはん  豆腐の真砂揚げ  ひじきの炒め煮  じゃが芋の味噌汁  オレンジ | 米  豆腐・鶏挽肉・玉葱・人参・塩・醤油・片栗粉・油  ひじき・人参・玉葱・ごぼう・ちくわ・砂糖・醤油・みりん・油・かつお節・昆布  じゃが芋・玉葱・油揚げ・小松菜・味噌・昆布・煮干し  オレンジ | ビスケット  バナナホットケーキ  （ホットケーキミックス・牛乳・油  バナナ・ホットケーキシロップ） |
| １９  （金） | ごはん  豚肉の生姜焼き  白菜のおかか和え  かぶと厚揚げの味噌汁  みかん | 米  豚もも・豚ばら・玉葱・人参・生姜・酒・みりん・醤油・砂糖・油  白菜・人参・かつお節・酢・砂糖・薄口  かぶ・厚揚げ・玉葱・白ねぎ・味噌・昆布・煮干し  みかん | ルヴァン  なめしおにぎり  （米・かぶの葉・しらす干し・塩昆布  ごま・ごま油・砂糖・醤油） |
| ２０  （土） | ビビンバ丼  中華風コーンスープ  いよかん | 米・豚挽肉・にんにく・酒・砂糖・醤油・小松菜・人参・もやし・塩・ごま油  クリームコーン・コーン・玉葱・干ししいたけ・ねぎ・鶏がら・油  いよかん | クラッカー  おやつパン |
| ２２  （月） | ごはん  筑前煮  切干大根の酢の物  豆腐の味噌汁  りんご | 米  鶏もも・里芋・人参・れんこん・ごぼう・こんにゃく・干ししいたけ・砂糖・酒・みりん・醤油  かつお節・昆布・油  切干大根・きゅうり・酢・砂糖・薄口  豆腐・玉葱・えのき・白ねぎ・味噌・昆布・煮干し  りんご | 黒ごまビスケット  カレー肉まん  （ホットケーキミックス・カレー粉  油・豚挽肉・玉葱・人参・片栗粉  ケチャップ・ウスターソース） |
| ２３  （火） | ごはん  レバーのごまかりんとう  ほうれん草の納豆和え  かぶの味噌汁  いよかん | 米  鶏レバー・片栗粉・油・砂糖・みりん・酒・醤油・ごま  納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・醤油・もみのり  かぶ・玉葱・油揚げ・かぶの葉・わかめ・味噌・昆布・煮干し  いよかん | スティックビスケット  中華ぞうすい  （米・鶏挽肉・白菜・人参・にら・塩  鶏がら・醤油・ごま油） |
| ２４  （水） | ごはん  さわらの味噌焼き  小松菜の五色和え  のっぺい汁  バナナ | 米  さわら・味噌・酒・砂糖・みりん  小松菜・もやし・人参・コーン・ハム・醤油・砂糖  鶏もも・里芋・大根・人参・白ねぎ・しいたけ・薄口・みりん・塩・かつお節・昆布・片栗粉  バナナ | ビスケット  ミルクフレンチトースト  （フランスパン・砂糖・無塩バター  ホットケーキミックス・牛乳） |
| ２５  （木） | **★うさぎ・こあら・きりん・ぞう組誕生会**  さつま芋ごはん  和風ハンバーグ  五目きんぴら  白菜の味噌汁  みかん | 米・さつま芋・酒・塩・昆布・黒ごま  豚挽肉・玉葱・じゃが芋・パン粉・牛乳・塩・しそ・大根・ポン酢・みりん  ごぼう・人参・れんこん・しらたき・ちくわ・砂糖・醤油・みりん・ごま・油  おふ・白菜・玉葱・えのき・みつば・味噌・昆布・煮干し  みかん | プルーン  マシュマロサンド  （ルヴァン・マシュマロ） |
| ２６  （金） | ※お弁当には必ず火を通したものを入れていただきますようお願いします  **お弁当の日** | | クラッカー  おかかおにぎり  （米・かつお節・醤油・ごま） |
| ２７  （土） | 豚丼  かぼちゃの味噌汁  オレンジ | 米・豚もも・豚ばら・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・砂糖・かつお節・昆布・油  かぼちゃ・玉葱・しめじ・油揚げ・ねぎ・味噌・昆布・煮干し  オレンジ | 黒ごまビスケット  おやつパン |
| ２９  （月） | ごはん  すき焼き風煮  カリコリ和え  春菊の味噌汁  みかん | 米  豚もも・白菜・玉葱・人参・しいたけ・しらたき・厚揚げ・白ねぎ・砂糖・みりん・酒・醤油  昆布  きゅうり・大根・キャベツ・ゆかり  鶏挽肉・酒・玉葱・豆腐・春菊・味噌・かつお節・昆布  みかん | ビスケット  揚げパン  （ロールパン・油・きな粉・砂糖） |
| ３０  （火） | ごはん  さけのサクサク焼き  ブロッコリーのソテー  冬野菜のクリームシチュー  りんご | 米  さけ・塩・パン粉・バジル粉・ウスターソース  ブロッコリー・カリフラワー・塩・鶏がら・油  鶏もも・かぶ・玉葱・人参・しめじ・白菜・ほうれん草・油・コンソメ・無塩バター・小麦粉  牛乳・塩  りんご | ルヴァン  ふかし芋  （さつま芋） |
| ３１  （水） | わかめうどん  里芋のから揚げ  カミカミサラダ  バナナ | ゆでうどん・鶏もも・玉葱・人参・しいたけ・わかめ・酒・みりん・塩・薄口・かつお節・昆布  里芋・醤油・みりん・塩・片栗粉・油  ほうれん草・キャベツ・人参・さきいか・マヨネーズ・醤油  バナナ | スティックビスケット  鶏そぼろおにぎり  （米・鶏挽肉・砂糖・醤油・みりん  酒） |

未満児は朝おやつ・昼おやつ、以上児は給食・昼おやつ時に牛乳を飲みます

マヨネーズは卵・乳製品不使用の物を使用しています

天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい