



# 1月献立表



社会福祉法人みつき福祉会  
みつき古志原保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (木)			
2 (金)			
3 (土)			
5 (月)	 年始休園 	<b>お弁当の日</b> 必ず火を通したものを入れていただきますようお願い致します。	
6 (火)	ごはん 鶏肉のマヨ醤油焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・マヨネーズ・醤油・砂糖 ひじき・人参・コーン・ちくわ・酒・みりん・砂糖・醤油 玉葱・さつま芋・人参・大根・味噌 オレンジ	スティックビスケット チーズ蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・油・豆乳・クリームチーズ)
7 (水)	ごはん スタミナ炒め おかか和え なめこ汁 バナナ	米 豚肉・油・生姜・にんにく・人参・玉葱・もやし・椎茸・キャベツ・みりん・酒・砂糖・醤油 小松菜・えのき・しらす干し・かつお節・醤油・砂糖・みりん・ごま油 豆腐・大根・なめこ・葱・味噌 バナナ	リッツ 七草おにぎり (米・七草・塩・酒・薄口)
8 (木)	照り焼きチキン丼 和え物 味噌汁 みかん	米・鶏肉・玉葱・キャベツ・人参・しめじ・醤油・みりん・酒 プロッコリー・コーン・大根・ごまドレッシング 里芋・玉葱・白菜・油揚げ・味噌 みかん	じゃが芋チップ りんごパイ (ぎょうざの皮・りんご・グラニュー糖・油)
9 (金)	ごはん 鶏の塩麹から揚げ 酢の物 味噌汁 りんご	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・砂糖・醤油・片栗粉・揚げ油 白菜・きゅうり・しらす干し・酢・砂糖・薄口・もみのり カットわかめ・玉葱・えのき・人参・味噌 りんご	ビスケット もちもちかぼちゃパン (白玉粉・豆乳・油・砂糖・かぼちゃ)
10 (土)	チャーハン スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・玉葱・白葱・塩・醤油・油 玉葱・しめじ・春雨・にら・豆腐・鶏がらスープの素 バナナ	ぱりんこ おやつ
12 (月)	 成人の日 		
13 (火)	ハヤシライス コロコロサラダ ベイクドじゃが バナナ	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ きゅうり・大根・コーン・酢・砂糖・薄口・油 じゃが芋・油・塩・青のり バナナ	リッツ ぶたまん (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐・豚挽肉 玉葱・塩・ごま油・片栗粉)
14 (水)	ごはん 鰯のおろしソースかけ 酢の物 味噌汁 りんご	米 鰯・片栗粉・揚げ油・大根・葱・薄口・砂糖・みりん きゅうり・人参・ちくわ・酢・砂糖・薄口 さつま芋・玉葱・えのき・葱・味噌 りんご	じゃが芋チップ きなこ団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・きな粉・砂糖・塩)
15 (木)	春菊と豚肉のごはん れんこん入りつくね 納豆和え 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・春菊・人参・生姜・油・ウスターソース・ケチャップ・醤油・ごま 鶏挽肉・生姜・れんこん・玉葱・片栗粉・酒・醤油・砂糖・片栗粉 ほうれん草・切干大根・もやし・納豆・醤油・かつお節 しめじ・人参・豆腐・味噌 オレンジ	ビスケット フルーツヨーグルト (ヨーグルト・りんご・バナナ・みかん)
16 (金)	ごはん レバーのケチャップ煮 サラダ スープ みかん	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・ケチャップ プロッコリー・コーン・マヨネーズ・すりごま・醤油 玉葱・人参・キャベツ・春雨・鶏がらスープの素 みかん	スティックビスケット 焼肉ピザパン (食パン・豚肉・玉葱・ピーマン・醤油 マヨネーズ・ピザチーズ)
17 (土)	麻婆丼 中華スープ バナナ	米・豚挽肉・ごま油・豆腐・玉葱・人参・しめじ・葱・味噌・醤油 砂糖・鶏がらスープの素・片栗粉 カットわかめ・玉葱・もやし・コーン・鶏がらスープの素 バナナ	じゃが芋チップ おやつ

	献立名	材料名	おやつ
19 (月)	ごはん 筑前煮 塩っぺ和え 味噌汁 みかん	米 鶏肉・油・れんこん・大根・人参・椎茸・里芋・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 ブロッコリー・キャベツ・塩こんぶ・ごま しめじ・白菜・油揚げ・味噌 みかん	ピスケット ほろほろクッキー (小麦粉・コーンスターチ・砂糖・無塩バター・粉糖)
20 (火)	ごはん サーモンフライ サラダ スープ バナナ	米 鮭・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・中濃ソース 大根・きゅうり・ツナ・マヨネーズ 玉葱・人参・えのき・じゃが芋・鶏がらスープの素 バナナ	リツツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
21 (水)	ごはん 鶏肉の西京焼き 酢の物 すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・味噌・砂糖・みりん・マヨネーズ キャベツ・切干大根・ツナ・酢・砂糖・薄口 鶏肉・人参・大根・椎茸・塩・薄口 オレンジ	じゃが芋チップ 大学芋 (さつまいも・揚げ油・砂糖・醤油・黒ごま)
22 (木)	☆誕生会☆ ピラフ 煮込みハンバーグ サラダ スープ みかん	 <b>お弁当の日</b>  必ず火を通したものを入れていただきますようお願い致します。	スティックピスケット ジャムサンド (サンドイッチ用食パン・いちごジャム)
23 (金)	鮭そぼろごはん ブロッコリーのおかか煮 味噌汁 バナナ	米・鮭フレーク・豚挽肉・葱・酒・砂糖・醤油 ブロッコリー・かつお節・醤油・薄口・みりん さつまいも・しめじ・キャベツ・玉葱・味噌 バナナ	ピスケット パイ (パイシート・グラニュー糖)
24 (土)	カレーうどん 和え物 りんご	うどん・鶏肉・油・しめじ・玉葱・人参・油揚げ・白葱・カレールウ・酒・みりん・醤油・片栗粉 ほうれん草・ひじき・コーン・ツナ・マヨネーズ・醤油 りんご	ぱりんこ おやつ
26 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き 切干大根の炒め煮 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・みりん・醤油・酒・砂糖・生姜・片栗粉 鶏挽肉・切干大根・人参・油揚げ・砂糖・みりん・酒・薄口 豆腐・人参・キャベツ・葱・味噌 バナナ	じゃが芋チップ 焼きおにぎり (米・しらす干し・味噌・みりん・すりごま)
27 (火)	ごはん 厚揚げと豚肉のトロトロ炒め 和え物 味噌汁 オレンジ	米 厚揚げ・豚肉・白菜・人参・なめこ・白葱・鶏がらスープの素・砂糖・酒・薄口・ごま油・片栗粉 大根・水菜・ツナ・ごまドレッシング かぼちゃ・玉葱・カットわかめ・味噌 オレンジ	スティックピスケット リツツサンド (リツツ・いちごジャム)
28 (水)	ごはん 鰯の味噌煮 和え物 のっぺい汁 りんご	米 鰯・生姜・味噌・酒・みりん・砂糖 春菊・白菜・人参・醤油・砂糖・ごま 鶏肉・椎茸・里芋・大根・人参・玉葱・塩・薄口・片栗粉 りんご	リツツ ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油・抹茶)
29 (木)	ごはん 酢鶏 バンサンスースープ バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・玉葱・人参・椎茸・ピーマン・酢・ケチャップ・砂糖・醤油・片栗粉 春雨・きゅうり・キャベツ・ツナ・ごま油・酢・砂糖・薄口 豆腐・コーン・白菜・鶏がらスープの素 バナナ	ピスケット さつまいもち (さつまいも・豆乳・片栗粉・砂糖・醤油・みりん・砂糖)
30 (金)	ごはん 肉味噌ごはん 五目汁 バナナ	米・豚挽肉・おろし生姜・酒・砂糖・味噌・醤油 鶏肉・里芋・大根・人参・ごぼう・葱・豆腐・薄口・塩 バナナ	スティックピスケット ゼリー
31 (土)	五目汁 バナナ	バナナ	ぱりんこ おやつ

- ★ マヨネーズ、パイシート、ちくわについては、卵不使用のものを使用しています。
- ★ ピスケット類、ホットケーキミックス、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。
- ★ カレールウ、ハヤシルウについては、卵・乳・小麦不使用のものを使っています。
- ★ 未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつに牛乳を飲みます。

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