



# 1月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき乳児保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (木)		 <b>元旦</b>	
2 (金) 3 (土)			<b>年始休園</b>
5 (月)	 <b>お弁当の日</b> ※お弁当には、必ず火が通ったものを入れていただきますよう、お願い致します。		ポン菓子 ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油)
6 (火)	カレーライス サラダ オレンジ 	米・鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・コーン・カレールウ 人参・大根・きゅうり・ツナ・酢・薄口・砂糖・油 オレンジ	スティックビスケット もちもちココアパン (白玉粉・ココア・油・牛乳・砂糖)
7 (水)	ごはん スタミナ炒め マヨ和え 味噌汁 	米 豚肉・油・人参・玉葱・もやし・椎茸・キャベツ・生姜・にんにく・みりん・酒・砂糖・醤油 ブロッコリー・コーン・マヨネーズ・醤油 大根・さつま芋・葱・味噌 	プチクラッカー 七草粥 (米・七草・塩) 
8 (木)	ごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 	米 カレイ・片栗粉・油・塩こんぶ・葱・酒・みりん・薄口 白菜・切干大根・もやし・かつお節・醤油 豆腐・えのき・玉葱・味噌 	ポン菓子 リットサンド (リット・いちごジャム)
9 (金)	ごはん 鶏肉の塩麹焼き きんぴられんこん 味噌汁 	米 鶏肉・塩麹・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖 れんこん・人参・豚挽肉・ごま油・醤油・みりん・砂糖 白菜・人参・じゃが芋・味噌 	スティックビスケット お豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス・絹ごし豆腐 砂糖・粉糖・油) 
10 (土)	チキンライス スープ オレンジ	米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・鶏がらスープの素 キャベツ・人参・えのき・鶏がらスープの素 オレンジ	ポン菓子 おにぎり
12 (月)		 <b>成人の日</b>	
13 (火)	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 	米 鶏肉・マヨネーズ・醤油・酒 切干大根・人参・油揚げ・みりん・薄口・醤油・砂糖 人参・かぶ・カットわかめ・味噌 	ポン菓子 じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・ピザ用チーズ バター)
14 (水)	ごはん 酢豚 中華風サラダ スープ 	米 豚肉・片栗粉・油・玉葱・人参・椎茸・酢・ケチャップ・砂糖・醤油 春雨・キャベツ・ツナ・ごま油・酢・砂糖・薄口 豆腐・コーン・白菜・中華だしの素 	プチクラッcker あずきパイ (パイシート・ゆであずき)
15 (木)	ごはん 鶏すき風  和え物 味噌汁 	米 鶏肉・油・玉葱・白菜・ごぼう・えのき・白葱・厚揚げ・砂糖・みりん・酒・薄口 ブロッコリー・カリフラワー・醤油・かつお節 玉葱・じゃが芋・人参・味噌 	スティックビスケット マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩) 
16 (金)	ごはん さわらの香味焼き ごま和え 味噌汁 	米 さわら・葱・にんにく・しょうが・酒・砂糖・醤油・ごま油 ほうれん草・もやし・人参・醤油・すりごま 油揚げ・かぼちゃ・しめじ・味噌 	プチクラッcker しろくまちゃんのホットケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油)
17 (土)	生姜ごはん 豚汁 オレンジ	米・生姜・油揚げ・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油 豚肉・玉葱・人参・白菜・さつま芋・味噌 オレンジ	ポン菓子 おにぎり

	献立名	材料名	おやつ
19 (月)	ごはん ハンバーグ サラダ スープ オレンジ	米 豚挽肉・玉葱・人参・しめじ・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ ブロッコリー・コーン・マヨネーズ・醤油 人参・大根・玉葱・鶏がらスープの素 オレンジ	チクミックルカ 抹茶きなこ団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・抹茶・砂糖 きな粉・塩) 
20 (火)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・鶏肉・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖 もやし・人参・白菜・醤油・かつお節 玉葱・かぼちゃ・しめじ・味噌  バナナ	ポン菓子 だるまさんクッキー (米粉・砂糖・無塩バター・牛乳・食紅・ココア)
21 (水)	塩ラーメン チョレギ風サラダ オレンジ	生中華麺・焼豚・ごま油・玉葱・もやし・コーン・白葱・鶏がらスープの素・酒・塩・薄口 キャベツ・ちくわ・人参・もみのり・醤油・ごま油 オレンジ	スティックビスケット 芋けんぴ (さつま芋・油・グラニュー糖) 
22 (木)	ごはん 肉豆腐 たたききゅうり 味噌汁 バナナ	米 豚肉・油・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・ごま 白菜・油揚げ・えのき・味噌 バナナ	ポン菓子 マーブル蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油・ココア)
23 (金)	こぎつねごはん 鶏肉のからあげ 和え物 味噌汁 みかん	米・鶏挽肉・人参・油揚げ・酒・砂糖・醤油・塩・薄口 鶏肉・酒・鶏がらスープの素・塩・片栗粉・油 小松菜・キャベツ・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 人参・豆腐・葱・味噌  みかん	チクミックルカ ラスク (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
24 (土)	チャーハン 中華スープ バナナ	米・豚挽肉・人参・しめじ・白葱・塩・こしょう・醤油・ごま油・鶏がらスープの素 白菜・玉葱・えのき・鶏がらスープの素 バナナ	ポン菓子 おにぎり
26 (月)	ごはん ちくわ磯辺揚げ 酢の物 味噌汁 オレンジ	米 ちくわ・小麦粉・塩・青のり・油・ベーキングパウダー 白菜・きゅうり・カットわかめ・薄口・酢・砂糖 人参・玉葱・かぼちゃ・味噌 オレンジ	ポン菓子 バナナケーキ (ホットケーキミックス・バナナ・牛乳・油・砂糖)
27 (火)	麻婆丼 三色ナムル 中華スープ みかん	米・豚挽肉・生姜・にんにく・ごま油・豆腐・玉葱・人参・椎茸・白葱 醤油・砂糖・味噌・酒・鶏がらスープの素 小松菜・人参・切干大根・砂糖・醤油・ごま油 にら・白菜・春雨・コーン・中華だしの素 みかん	チクミックルカ スイートポテト (さつま芋・バター・生クリーム・砂糖) 
28 (水)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 鮭・キャベツ・えのき・葱・酒・みりん・味噌・砂糖 ブロッコリー・コーン・醤油・砂糖・ツナ さつま芋・大根・油揚げ・味噌  バナナ	スティックビスケット お楽しみクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・無塩バター・砂糖 生クリーム・ココア)  
29 (木)	豆乳かぼちゃ丸パン マカロニグラタン スティックサラダ スープ オレンジ	豆乳かぼちゃ丸パン マカロニ・鶏肉・玉葱・しめじ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・塩・ピザチーズ きゅうり・大根・かつお節・酢・砂糖・薄口・油 キャベツ・人参・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	チクミックルカ ツナカレーおにぎり (米・ツナ・人参・鶏がらスープの素・カレー粉)
30 (金)	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 白和え すまし汁 バナナ	米 鶏肉・酒・塩・葱 ほうれん草・人参・豆腐・白みそ・すりごま・砂糖・みりん・薄口 しめじ・玉葱・大根・薄口・塩 バナナ	ポン菓子 ヨーグルト 
31 (土)	牛しぐれごはん 味噌汁 オレンジ	米・牛肉・生姜・油・醤油・砂糖・みりん・薄口 えのき・玉葱・さつま芋・人参・味噌 オレンジ	ポン菓子 おにぎり

★ マヨネーズ、生中華麺、パイシート、ビスケット類については、卵不使用のものを使用しています。

★ ホットケーキミックス、豆乳パン、食パンについては卵・乳不使用のものを使用しています。

★ みつき乳児保育園の0~2歳児は午前おやつ・午後おやつ、みつき保育園の3~5歳児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。

★ 土曜日の午後おやつは、おにぎりまたはおやつパンを提供します。

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