



1月献立表



みのり保育園

		材料名	午後おやつ
1 木	 年 始 休 園		
2 金			
3 土			
5 月		お弁当の日	おやつ ココアケーキ ホットケーキ粉・豆乳・ココア 砂糖・豆乳バター
6 火		ごはん 八宝菜 キャベツのしらす和え 中華スープ くだもの 米 豚ばら・白菜・人参・玉葱・椎茸・生姜・にんにく・ごま油・鶏がら・塩・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・胡瓜・しらす・醤油 人参・玉葱・えのき・もやし・鶏がら・醤油	クラッカー レーズン蒸しパン ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・レーズン
7 水		ごはん 鶏のマーマレード焼き ブロッコリーのサラダ 人参スープ くだもの 米 鶏もも・塩・砂糖・醤油・マーマレード・ジャム ツナ・キャベツ・人参・ブロッコリー・マヨネーズ 人参・豆腐・えのき・わかめ・鶏がら・醤油	黒ごまビスケット 七草がゆ 米・七草・大根・かぶ・かつお節・塩
8 木		ごはん 鮭のにんにく醤油焼き もやしの和え物 麩の味噌汁 くだもの 米 鮭・にんにく・酒・みりん・醤油 もやし・切干大根・胡瓜・ごま・酢・醤油・砂糖・ごま油 麩・えのき・キャベツ・玉葱・味噌	ビスケット スイートポテト さつま芋・豆乳・豆乳バター・砂糖
9 金		ごはん 鶏レバーの甘酢煮 白菜のおかか和え 春雨スープ くだもの 米 鶏レバー・生姜・ごま油・酢・砂糖・みりん・酒 白菜・もやし・胡瓜・醤油・かつお節 春雨・キャベツ・わかめ・コーン・鶏がら・塩	ルヴァン ポーロ 小麦粉・砂糖・豆乳バター・油
10 土		ピピンパ風ごはん 中華スープ くだもの 米・牛肉・醤油・にんにく・ごま・砂糖・もやし・ほうれん草・人参・ごま油 絹ごし豆腐・人参・玉葱・もやし・葱・鶏がら・醤油	おやつ りんごジャムパン
12 月	成人の日		
13 火	きのこのおこわ 鶏の甘辛煮 ひじきの煮物 里芋の味噌汁 くだもの	米・もち米・鶏ひき・しめじ・えのき・人参・醤油・みりん・油 鶏肉・生姜・酒・砂糖・みりん・醤油 ひじき・人参・ごま・油揚げ・ごま油・醤油・砂糖・酒・みりん 里芋・玉葱・えのき・わかめ・味噌	シュガートースト 食パン・グラニュー糖・豆乳バター
14 水	ごはん 肉豆腐 もやしの中華和え えのきスープ くだもの	米 豆腐・牛肉・白菜・えのき・玉葱・生姜・砂糖・醤油・酒・みりん もやし・人参・胡瓜・ごま油・醤油・酢・砂糖・ごま えのき・キャベツ・人参・玉葱・塩・鶏がら	ミニピザ リッツ・コーン・ベーコン・ピザチーズ ケチャップ
15 木	ごはん カレイのねぎマヨ焼き 大根と厚揚げのどろみ煮 白菜の味噌汁 くだもの	米 カレイ・マヨネーズ・醤油・みりん・ねぎ 大根・人参・厚揚げ・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 白菜・えのき・玉葱・わかめ・味噌	みたらし団子 白玉粉・豆腐・醤油・砂糖・みりん・片栗粉

★以上児は給食・午後おやつ時に牛乳を提供しています。

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

★うさぎ組は、13日(火)から進級に向けて朝おやつ提供をやめます。1日のカロリー面につきましては給食の量で調整させていただきます。以上児と同様、給食・午後おやつ時に牛乳を提供します。

★加工肉・パン・マヨネーズ・竹輪は、卵不使用の物を使用しています。

		材料名	午後おやつ
16 金	ごはん 豚肉と白菜の春雨煮 じゃこサラダ 中華スープ くだもの	米 豚肉・白菜・玉葱・人参・春雨・生姜・酒・みりん・醤油・オイスターソース キャベツ・ほうれん草・しらす干し・醤油・ごま 豆腐・人参・玉葱・もやし・葱・醤油・鶏がら	お好み焼き 小麦粉・キャベツ・にら・豚肉・お好みソース
17 土	豚ねぎ塩昆布丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚ばら・葱・玉葱・塩昆布・豆乳バター・醤油 絹ごし豆腐・人参・玉葱・葱・じゃがいも・味噌	栗パン
19 月	ごはん 鶏のねぎ焼き 切干し根のパリパリ炒め キャベツの味噌汁 くだもの	鶏もも・ねぎ・醤油・酒・みりん 切干大根・ベーコン・にら・酒・醤油・油 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・味噌	鮭とじゃがいものお焼き じゃがいも・酒・マヨネーズ・片栗粉・鮭フレーク
20 火	冬野菜の味噌ラーメン 金時豆煮 ごまネーズサラダ くだもの	中華麺・豚ばら・白菜・ほうれん草・人参・もやし・味噌 鶏がら・塩・ごま油 金時豆・砂糖・醤油 キャベツ・胡瓜・竹輪・ごま・マヨネーズ・醤油	きな粉おはぎ もち米・米・きな粉・砂糖・塩
21 水		お弁当の日	オレンジゼリー
22 木	ごはん さばの味噌煮 大根サラダ すまし汁 くだもの	米 鯖・砂糖・味噌・生姜・みりん・醤油 大根・ブロッコリー・ハム・かつお節・酢・醤油・ごま油 えのき・玉葱・わかめ・葱・豆腐・塩・醤油	コーンクリームスパゲティ スパゲティ・ベーコン・玉葱・ほうれん草 コーン缶・コンソメ・塩・豆乳・豆乳バター
23 金	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 ごぼうサラダ 大根の味噌汁 くだもの	米 豚ばら・刻み昆布・生姜・ごま油・醤油・砂糖・酒 ごぼう・人参・胡瓜・ツナ・マヨネーズ 大根・玉葱・わかめ・えのき・味噌	いちごジャムケーキ ホットケーキ・いちごジャム・豆乳バター 砂糖・豆乳
24 土	焼き豚チャーハン もやしスープ くだもの	米・焼き豚・にんにく・生姜・玉葱・にら・オイスターソース 味噌・醤油・ごま油・塩 もやし・人参・椎茸・玉葱・葱・醤油・酒・鶏がら	抹茶あんぱん
26 月	ごはん 豚肉の鉄火煮 和風サラダ えのきの味噌汁 くだもの	米 豚ばら・ごぼう・人参・にら・味噌・砂糖・醤油 胡瓜・キャベツ・わかめ・醤油・油・酢・砂糖・かつお節 油揚げ・玉ねぎ・えのき・人参・味噌	南瓜ケーキ ホットケーキ粉・豆乳・砂糖 南瓜・豆乳バター
27 火	ぶどうパン れんこんハンバーグ ブロッコリーのサラダ 野菜スープ くだもの	ぶどうパン 合挽肉・玉葱・蓮根・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 キャベツ・ブロッコリー・コーン・醤油・酢・砂糖 大根・人参・キャベツ・えのき・鶏がら	わかめおにぎり 米・炊き込みわかめ・ごま
28 水	ビーフカレー 焼きポテト マカロニサラダ くだもの	米・牛ばら・玉葱・人参・しめじ・ほうれん草・カレールー・油 じゃが芋・塩・油 マカロニ・コーン・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油	ルヴァンサンド ルヴァン・いちごジャム
29 木	ごはん さわらの味噌漬け焼き 納豆和え 豆腐のすまし汁 くだもの	米 さわら・酒・みりん・味噌 小松菜・キャベツ・人参・納豆・醤油・ごま 豆腐・玉葱・えのき・ねぎ・塩・醤油	紅茶クッキー 小麦粉・豆乳・豆乳バター・砂糖 ベーキングパウダー・紅茶
30 金	ごはん からあげ もみのり和え 野菜スープ くだもの	米 鶏もも・醤油・酒・にんにく・生姜・片栗粉・油・ごま・黒ごま キャベツ・もやし・のり・醤油 人参・椎茸・白菜・えのき・鶏がら・醤油	マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩
31 土	照り焼きチキン丼 わかめの味噌汁 くだもの	米・鶏肉・醤油・みりん・マヨネーズ・酒・生姜・片栗粉・人参・玉葱・のり わかめ・玉葱・キャベツ・葱・味噌	あんぱん

