

6年度

1月

献立表

明照保育園

日	曜	献立名	材 料 名			おやつ	
			熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午前	午 後
6	月	【おめでとう会】 とり南ばん フルーツゼリー	うどん フルーツゼリー	鶏むね肉 わかめ	にんじん たまねぎ 干し椎茸 根深ねぎ	お茶 塩せんべい	お茶 おかき
7	火	チキンカレー コーンサラダ 麦ごはん	こめ 麦 さとう 油 じゃがいも バター 小麦粉 マヨネーズ	鶏もも肉 スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり コーン キャベツ グリンピース	牛乳 あられ	牛乳 バウムクーヘン
8	水	里芋と肉の揚げ煮 春雨スープ ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉 里芋 はるさめ	鶏もも肉 ロースハム	にんじん はくさい さやえんどう グリンピース	牛乳 クッキー	りんご クラッカー
9	木	豚肉の中華炒め わかめスープ ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉 白ごま	鶏もも肉 わかめ	しょうが にんにく たまねぎ チンゲンサイ えのきたけ もやし にんじん	牛乳 ウエハース	★ココアミルク ビスケット
10	金	魚のみそ煮 田舎汁 一口ゼリー ごはん	こめ さとう こんにゃく 里芋 一口ゼリー	さかな 油揚げ	しょうが だいこん えのきたけ にんじん はくさい 葉ねぎ	ヨーグルト	お茶 ★ぜんざい
11	土	父親保育参加					
14	火	筑前煮 みそ汁 ごはん	こめ 油 さとう こんにゃく	鶏もも肉 とうふ わかめ	にんじん ごぼう たけのこ れんこん 干し椎茸 たまねぎ さやえんどう 葉ねぎ	お茶 チーズ菓子	牛乳 ★開口笑
15	水	トマトソースハンバーグ コンソメスープ コッペパン	コッペパン 油 パン粉 かたくり粉 じゃがいも	豚ひき肉 とうふ ウインナー	たまねぎ ブロッコリー にんじん パセリ	ミルクプリン	牛乳 かりんとう
16	木	ゆかりごはん 豆腐の炒め物 さつま汁	こめ 油 さとう さつまいも	しぼり豆腐 豚もも肉 花かつお 鶏もも肉	ゆかり粉 たまねぎ にんじん ほうれん草 ごぼう だいこん 葉ねぎ	牛乳 おかき	牛乳 塩せんべい
17	金	そぼろどんぶり 合わせみそ汁 ヨーグルト	こめ さとう 油 かたくり粉 じゃがいも	鶏ひき肉 たまご 油揚げ わかめ ヨーグルト	グリンピース たまねぎ	牛乳 パイ菓子	お茶 ★五平餅
18	土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ ＊お弁当をおねがいします			牛乳 ぼんせんべい	
20	月	チキンカレー コーンサラダ 麦ごはん	こめ 麦 さとう 油 じゃがいも バター 小麦粉 マヨネーズ	鶏もも肉 スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり コーン キャベツ グリンピース	牛乳 かりんとう	牛乳 クッキー
21	火	魚フライ 白菜スープ クロロール	クロロール 油 小麦粉 パン粉	さかな ロースハム	ブロッコリー はくさい たまねぎ にんじん コーン	お茶 チーズ	牛乳 ★いちご蒸しパン
22	水	すきやき 小松菜のナムル ごはん	こめ ごま油 さとう こんにゃく 白ごま	牛肉 焼き豆腐	はくさい えのきたけ 根深ねぎ こまつな もやし にんじん	フルーツゼリー	牛乳 ごませんべい
23	木	豚肉の中華炒め わかめスープ ごはん	こめ 油 さとう かたくり粉 白ごま	鶏もも肉 わかめ	しょうが にんにく たまねぎ チンゲンサイ えのきたけ もやし にんじん	牛乳 ボン菓子	牛乳 ★カナッペ（さつまいも）
24	金	うの花炒り 合わせみそ汁 ごはん	こめ 油 さとう	鶏むね肉 ちくわ うの花 油揚げ わかめ	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ たまねぎ だいこん	牛乳 野菜せんべい	牛乳 パイ菓子
25	土	【なかよし保育】 あんかけうどん フルーツゼリー	うどん フルーツゼリー かたくり粉	鶏むね肉	にんじん はくさい たけのこ しめじ 根深ねぎ	お茶 チーズ菓子	
27	月	筑前煮 みそ汁 ごはん	こめ 油 さとう こんにゃく	鶏もも肉 とうふ わかめ	にんじん ごぼう たけのこ れんこん 干し椎茸 たまねぎ さやえんどう 葉ねぎ	牛乳 ビスケット	牛乳 あられ
28	火	魚のみそ煮 田舎汁 一口ゼリー ごはん	こめ さとう こんにゃく 里芋 一口ゼリー	さかな 油揚げ	しょうが だいこん えのきたけ にんじん はくさい 葉ねぎ	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 ★ごぼうチップス
29	水	鶏肉のトマト煮 レンコンサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 さとう マヨネーズ	鶏もも肉 ちくわ	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ グリンピース にんじん トマト コーン れんこん	プリン	発酵乳 みかん ウエハース
30	木	【誕生会】 カレーチャーハン 鶏のから揚げ 野菜スープ	こめ 油 かたくり粉 じゃがいも	豚ひき肉 鶏もも肉	たまねぎ にんじん もやし グリンピース しょうが キャベツ パセリ	牛乳 のり巻きせんべい	紅茶 ケーキ
31	金	そぼろどんぶり 合わせみそ汁 ヨーグルト	こめ さとう 油 かたくり粉 じゃがいも	鶏ひき肉 たまご 油揚げ わかめ ヨーグルト	グリンピース たまねぎ	牛乳 クッキー	牛乳 おかき

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつの特典があります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

