



1月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう(*^^*)

令和元年12月26日

日付	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				(〇は午後おやつ)			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
4	土	豚丼 味噌汁・バナナ	ビスケット	米、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、葉ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
6	月	ご飯・★鮭のカレーマヨ焼き もやしと小松菜の和え物 味噌汁・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	米、〇マカロニ、マヨネーズ、 〇砂糖、砂糖、ごま、ごま油	〇牛乳、さけ、生揚げ、〇きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、 ハム、ちくわ	根切りもやし、オレンジ、こまつな、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、万能ねぎ、パセリ	酢、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、カレー粉、〇食塩
7	火	ご飯・鶏肉の揚げ煮 ★人参シリシリ 味噌汁・バナナ	牛乳 プアマンケーキ	米、〇小麦粉、〇砂糖、片栗粉、油、〇油、砂糖、ごま	〇牛乳、鶏もも肉(皮付)、卵、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、しょうが	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、〇食塩
8	水	カレーライス ほうれん草のサラダ ミニトマト・みかん	ジョア(プレーン) ビスコ	米、じゃがいも、油、砂糖、ごま油	〇ジョア プレーン、牛肉(肩ロース)、ハム	みかん、ほうれん草、にんじん皮むき、ミニトマト、たまねぎ、しめじ、グリーンピース(水煮缶詰)	カレールー、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩
9	木	ご飯・さわらのねぎソース 切干大根のカレー炒め 豚汁・りんご	牛乳 ★スティックパン	米、〇ロールパン、板こんにゃく、砂糖、ごま油	〇牛乳、さわら、生揚げ、豚肉(肩ロース)、牛ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、豚ひき肉	りんご、にんじん皮むき、葉ねぎ、切り干しだいこん、洗いごぼう、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節、カレー粉
10	金	ご飯・★ミートローフ 小松菜のソテー 味噌汁・みかん	牛乳・バナナ蒸しパン	米、〇米粉、〇砂糖、パン粉、 〇油	〇牛乳、〇豆乳、牛ひき肉、豚ひき肉、ベーコン、卵、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、 粉チーズ	みかん、たまねぎ、こまつな、〇バナナ、にんじん皮むき、かぼちゃ、だいこん皮むき、万能ねぎ、コーン缶、いんげん	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、ウスターソース、かつおだし・鰹節、食塩
11	土	とりと野菜のあんかけ丼 味噌汁・バナナ	★ドーナツ	米、じゃがいも、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、しめじ、いんげん、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、みりん
14	火	ご飯・★たらのコーンフ레이크焼き キャベツの甘酢あえ さつま汁・りんご	牛乳 ★クッキー	米、さつまいも、マヨネーズ、 コーンフ레이크、砂糖、ごま	〇牛乳、たら、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、キャベツ、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、万能ねぎ、えのきたけ	酢、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、カレー粉
15	水	ご飯・鶏肉のバーベキューソース 白菜とツナの煮浸し 豆乳汁・オレンジ	牛乳 ジャムサンド	米、〇サンドイッチパン、板こんにゃく、砂糖、ごま油	〇牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、ツナ水煮缶、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、大豆水煮缶、かつお節	はくさい、オレンジ、にんじん皮むき、〇いちごジャム、万能ねぎ、洗いごぼう	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ(うすくち)、みりん
16	木	ご飯・鮭のゆうあん焼き 根菜のごま煮 味噌汁・バナナ	ヨーグルト	米、板こんにゃく、砂糖、すりごま	〇ソファール プレーン、さけ、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、だいこん皮むき、ほうれん草(冬)、にんじん皮むき、洗いごぼう、たまねぎ、いんげん、ゆず果汁	しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩
17	金	ご飯・さばのゆず味噌田楽 ひじき豆 味噌汁・オレンジ	牛乳 せんべい	米、砂糖、板こんにゃく、ごま油	〇牛乳、さば、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ゆで大豆、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、ひじき、ゆず果皮	みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
18	土	牛丼 味噌汁・バナナ	源氏パイ	米、じゃがいも、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)
20	月	～避難訓練・炊き出し～ おにぎり・豚汁・みかん	牛乳 ★フレンチトースト	米、〇食パン、さといも(冷凍)、さつまいも(皮付)、板こんにゃく、〇砂糖、〇バター	〇牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)、〇卵、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、だいこん皮むき、にんじん皮むき、洗いごぼう、しいたけ、葉ねぎ	かつおだし・鰹節
21	火	ご飯・マーボー豆腐 れんこんチップ 春雨スープ・バナナ	牛乳 ★黄金パン	米、〇ロールパン、〇油、〇砂糖、はるさめ、油、砂糖、ごま油、片栗粉	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、〇きな粉	バナナ、れんこん、にんじん皮むき、たけのこ(ゆで)、葉ねぎ、はくさい、しいたけ、にんにく、しょうが	しょうゆ、中華だしの素、食塩、〇食塩、鶏がらだしの素
22	水	パン・たらのバター醤油焼き 和風マカロニサラダ コンソメスープ・オレンジ	牛乳 五平餅	ロールパン、クロワッサン、 じゃがいも、〇米、〇もち米、マカロニ、バター、〇砂糖、砂糖、〇ごま、ごま油、食パン	〇牛乳、たら、ベーコン、ハム、〇米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、にんじん皮むき、きゅうり、たまねぎ、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、酢、コンソメ・粉末、〇みりん、みりん、食塩
23	木	中華丼 ★卵スープ・りんご	牛乳 ★コーンフ레이크クッキー	米、〇小麦粉、〇マーガリン、 〇砂糖、〇コーンフ레이크、片栗粉、砂糖、油	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、むきえび、木綿豆腐、〇卵	はくさい、りんご、たまねぎ、にんじん皮むき、たけのこ(ゆで)、葉ねぎ、黒きくらげ	しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、中華だしの素、食塩
24	金	ご飯・チキンのボン酢ソテー かぼちゃの素揚げ 味噌汁・みかん	ジョア(ストロベリー) ホームパイ	米、油	〇ジョア ストロベリー、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	みかん、たまねぎ、かぼちゃ、なす、万能ねぎ、にんじん皮むき、しめじ、にんにく	ぼん酢しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩
25	土	チャーハン 中華スープ・バナナ	ビスケット	米、油、ごま油	豚肉(肩ロース)、鶏ひき肉	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、こまつな、ピーマン、えのきたけ	中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
27	月	ご飯・さわらのマヨネーズ焼き 野菜炒め 味噌汁・りんご	牛乳 ★パウムクーヘン	米、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、油	〇牛乳、さわら、生揚げ、豚肉(肩ロース)、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、粉チーズ	りんご、キャベツ、根切りもやし、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶、万能ねぎ、えのきたけ、パセリ	焼き肉のたれ、かつおだし・鰹節
28	火	ご飯・カレー肉じゃが ★キャベツのサラダ すまし汁・バナナ	牛乳 ★にんじんケーキ	米、じゃがいも、〇小麦粉、しらたき、〇油、〇砂糖、マヨネーズ、片栗粉、ごま、油、砂糖	〇牛乳、牛肉(肩ロース)、生揚げ、ハム、〇卵、ちくわ	バナナ、にんじん皮むき、キャベツ、たまねぎ、ほうれん草(冬)、〇にんじん皮むき、きゅうり、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)	しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、食塩、カレー粉、〇食塩
29	水	パン・ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ みかん	牛乳 芋ようかん	〇さつまいも、ロールパン、 じゃがいも、クロワッサン、〇砂糖、砂糖、マーガリン、〇バター、ごま油、食パン	〇牛乳、ゆで大豆、豚肉(肩ロース)、ベーコン、ハム	みかん、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、コーン缶、〇粉かんでん	ケチャップ、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、 〇食塩
30	木	ご飯・★鶏の香草焼き かぼちゃとさつま芋のチーズ焼き 豆スープ・りんご	牛乳 きな粉ボール	米、〇ホットケーキ粉、さつまいも(皮付)、マヨネーズ、〇バター、〇砂糖、パン粉、油	〇牛乳、鶏もも肉(皮付)、ゆで大豆、ベーコン、〇きな粉、とろけるチーズ、〇脱脂粉乳	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん皮むき、パセリ	ケチャップ、コンソメ・粉末、食塩、パセリ粉
31	金	ご飯・回鍋肉 ★ポテトサラダ わかめスープ・バナナ	フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、マヨネーズ、 砂糖、ごま、油	〇ソファール元気ヨーグルト、豚肉(肩ロース)、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、〇みかん缶、きゅうり、ピーマン、えのきたけ、生わかめ、コーン缶	しょうゆ、酒、鶏がらだしの素、鶏がらだし・粉末、食塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

1月22・29日、こすもす・ひまわり・なのはな組園児のパンは
バイキング形式になります。