

2019年1月予定献立表

緑丘保育園

曜 日	昼 食	材 料 名	0.1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月 28	鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草とコーンのソテー ごまパン かぶのクリームスープ	鮭・マヨネーズ・パン粉 ほうれん草・冷凍コーン・バター・塩 ごまパン かぶ・かぶ葉・にんじん・玉葱・カリフラワー・牛乳・塩・豆乳・かつおだし	食パントースト付	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶだし・にんじん・油揚げ・醤油	大学かぼちゃ かぼちゃ・油・砂糖・醤油・ごま	味噌煮込みうどん・大学かぼちゃ 干しうどん・豚肉・ごぼう・白菜・人参・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩
火 15 29	鶏肉と大豆の揚げ煮 かぶとキャベツの浅漬け ごはん 油揚げともやしの味噌汁	ひよこ・りす) 鶏ひき・長葱・片栗粉 うさぎ) 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉 大豆・人参・さつまいも・ほうれん草・油・砂糖・酒・醤油 かぶ・かぶ葉・キャベツ・塩 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	肉団子	くだもの・牛乳 マカロニきなこ マカロニ・きなこ・砂糖・塩	麦茶 昆布おにぎり 精白米・胚芽米・刻み昆布・醤油・砂糖 みりん・酒・ごま	くだもの 炒り豆腐・ブロッコリーナムル 木綿豆腐・鶏ひき肉・人参・ごぼう・干し椎茸・長葱・いんげん・塩・砂糖・醤油・みりん 油 昆布ごはん・味噌汁 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ごま油
水 16 30	家常豆腐 カリフラワーカレーピクルス ごはん かぼちゃの豆乳味噌汁	生揚げ・豚肉・人参・こんにゃく・たけのこ・干し椎茸・いんげん・ウズラ卵・油・砂糖・醤油・味噌・片栗粉・かつおだし カリフラワー・きゅうり・酢・塩・はちみつ・かつおだし・カレー粉・醤油・砂糖 精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・豆乳・味噌・煮干し	ひき肉 きゅうりゆで	芋蒸しパン さつまいも・薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・卵・牛乳・油・豆乳・全粒粉	りんごジャムラスク 食パン・りんごジャム	魚のチーズ焼き・ポテトサラダ 魚・チーズ じゃが芋・人参・きゅうり・アレルギー用マヨネーズ・塩・オリーブオイル
木 17 31	魚の照り焼き いりおから ごはん じゃがいもの味噌汁	魚・醤油・酒・みりん おから・人参・ごぼう・干し椎茸・万能ねぎ・ベーコン(卵・乳なし)・冷凍コーン・油・かつおだし・みりん・醤油・砂糖・塩・ごま 精白米・胚芽米 じゃがいも・長葱・塩蔵わかめ・青菜・煮干し・味噌		くだもの・牛乳 だいこんもち 大根・白玉粉・ハム(卵・乳なし)・干しえび・万能ねぎ・ごま油 醤油・塩・砂糖・水	麦茶 ドーナツ ドーナツ(卵なし)	豚肉の生姜焼き・いんげんのごま和え 豚肉・生姜・玉葱・ピーマン・みりん・醤油・油 いんげん・人参・ごま・砂糖・醤油
金 4 18	カレーライス 白菜サラダ わかめコーンスープ	精白米・胚芽米・豚肉・じゃが芋・玉葱・にんじん・薄力粉・バター・カレー粉・ピーマン・油・りんご・こんにゃく・生姜・塩・牛乳・ソース 白菜・りんご・レズン・油・砂糖・塩 わかめ・長葱・冷凍コーン・塩・醤油・かつおだし	ひき肉	アーモンドラスク 食パン・マーガリン・アーモンド・砂糖・桜えび	梅ツナおにぎり 精白米・胚芽米・油・ツナ缶・梅びしお・味噌	魚の塩焼き・切り干し大根煮 魚・塩・油 切り干し大根・人参・干し椎茸・油揚げ・油・砂糖・醤油・みりん・いんげん
土 5 19	みぞれうどん さつまいもとりんごの甘煮 ゼリー	干しうどん・油揚げ・キャベツ・にんじん・椎茸・豚ひき・長葱・醤油・大根 さつまいも・りんご・砂糖・塩 100%ジュース・水・砂糖・アガー		くだもの・牛乳 ラスク・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン マーガリン・砂糖 食べる小魚		
月 7 21	菜飯 魚の磯部揚げ 大根と里芋のそぼろ煮 小松菜味噌汁	精白米・胚芽米・青菜・塩・酒 魚・薄力粉・青のり・牛乳・卵・水・油・塩 大根・里芋・人参・豚ひき・砂糖・醤油・酒・片栗粉・みりん 小松菜・えのき・玉葱・味噌・煮干し		1/7七草がゆ 1/21二色サンド 7日)米・大根・かぶ・鶏ひき・人参・塩・醤油・七草 21日)食パン・イチゴジャム・ツナ缶・きゅうり・マヨネーズ	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・醤油・かつお節・ごま のり	鶏肉のはちみつ焼き・大根の華風和え 鶏肉・醤油・はちみつ・こんにゃく 大根・きゅうり・人参・塩・砂糖・酢・ごま油
火 8 22	豆腐のはさみ煮 きゅうりともやしののり酢和え ごはん 大根と玉葱の味噌汁	豚ひき・玉葱・生姜・片栗粉・砂糖・醤油・かつおだし・にんじん ひよこ・りす) 焼き豆腐 うさぎ) 生揚げ きゅうり・もやし・海苔・醤油・酢・塩・砂糖・かつおだし・削り節 精白米・胚芽米 大根・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し	きゅうりゆで、酢なし	くだもの・牛乳 さつまいもりんごコーンカップ さつまいも・りんご・砂糖・バター・アイスコーン	きなこラスク 食パン・きなこ・砂糖・マーガリン	魚の味噌マヨネーズ焼き・かぼちゃの煮物 魚・酒・人参・ピーマン・アレルギー用マヨネーズ・味噌 かぼちゃ・砂糖・醤油・塩・みりん
水 9 23	里芋じゃごごはん 生揚げとごぼうの炊き合わせ 小松菜と納豆の和え物 麩とわかめのすまし汁	精白米・胚芽米・鶏肉・しらす・人参・里芋・大根・大根葉・味噌・酒・塩 生揚げ/焼き豆腐・干し椎茸・ごぼう・人参・砂糖・みりん・醤油・酒 小松菜・納豆・かつおだし・醤油 麩・塩蔵わかめ・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし	鶏ひき 焼き豆腐	くだもの・牛乳 鶏南蛮うどん 干しうどん・鶏肉・長葱・人参・青菜・醤油・塩・かつおだし	麦茶 ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランスパン	煮込みハンバーグ・いんげんのマリネ 豚ひき肉・牛ひき肉・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・ケチャップ・ウスターソース 片栗粉 いんげん・冷凍コーン・酢・油・塩
木 10 24	筑前煮 きゅうりとカリフラワーの梅和え ごはん 高野豆腐の味噌汁	鶏ひき・片栗粉・長葱/鶏肉・里芋・ごぼう・れんこん・人参・こんにゃく・干し椎茸・いんげん・油・醤油・砂糖・みりん きゅうり・カリフラワー・梅びしお・かつおだし・酢 精白米・胚芽米 高野豆腐・人参・玉葱・青菜・岩のり・味噌・煮干し	肉団子 きゅうりゆで、酢なし	くだもの・牛乳 コーンマフィン 小麦粉・全粒粉・冷凍コーン・ベーキングパウダー・マーガリン 砂糖・卵・塩・牛乳・豆乳	麦茶 わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	魚のみぞれ煮・ひじきの煮物 魚・片栗粉・油・かつおだし・醤油・酒・大根 ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・いんげん・油・砂糖・醤油・酒・みりん
金 11 25	白身魚のグラタン 大根サラダ バターロール 白菜と春雨のスープ	白身魚・じゃが芋・人参・玉葱・薄力粉・バター・牛乳・塩・パセリ だいこん・にんじん・冷凍コーン・小松菜・ごま油・砂糖・酢・醤油 ロールパン 白菜・春雨・干し椎茸・青菜・醤油・かつおだし	食パンスティックつき	焼肉ごはん 1/11幼児お汁粉 精白米・胚芽米・豚ひき肉・油・塩・酒・砂糖・味噌・醤油・ごま 人参・こんにゃく 1/11もち・小豆・砂糖・塩	スイートポテト さつまいも・砂糖・豆乳	マーボーうどん・スイートポテト 干しうどん・豚肉・生姜・人参・長葱・干し椎茸・木綿豆腐・味噌・油・片栗粉・塩 かつおだし・醤油・みりん・ニラ
土 12 26	すき焼き風うどん ほうれん草ともやしの胡麻和え みかん	干しうどん・牛肉・白滝・長葱・にんじん・椎茸・青菜・酒・醤油・白菜・塩 ほうれん草・もやし・ごま・醤油・かつおだし みかん		くだもの・牛乳 パン・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン ーロチーズ くだもの・牛乳	麦茶	くだもの

* 幼児エネルギー 610kcal たんぱく質 22.2g 脂質17.9g * 0才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。* 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。