

# 1月 給食献立表

ながさわ保育園



日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
4	金	お茶 チーズ	豚丼・さつまいのみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまい・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
5	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
7	月	牛乳 バナナ	ひじきごはん・紅白なます・はくさいのすまし汁	鶏肉・ひじき・人参・油揚げ・グリーンピース/大根・人参・ごま/はくさい・玉ねぎ・豆腐・ねぎ/白蒸し粉・甘納豆	牛乳・白蒸しパン
8	火	牛乳 みかん	五目うどん・かぼちゃの甘煮・バナナ	豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・チンゲン菜/かぼちゃ/バナナ	ジョア・バームクーヘン
9	水	牛乳 りんご	ごはん・煮魚(だいこん)・具たくさん汁	赤魚・大根/じゃがいも・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ほうれん草	牛乳・せんべい
10	木	牛乳 オレンジ	ごはん・豆腐の変わり揚げ・ポイルキャベツ・さつまいのみそ汁	豆腐・ひじき・人参・ねぎ/キャベツ/さつまいも・玉ねぎ・もやし・小松菜	牛乳・ビスコ・ミニフィッシュ
11	金	牛乳 バナナ	パン・パンプキンシチュー・ブロッコリーサラダ	鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・グリーンピース・クリームコーン缶詰・ポタージュの素/ブロッコリー・ハム・コーン缶詰・マヨネーズ	牛乳・おかき
12	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいのみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまい・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
15	火	牛乳 オレンジ	スパゲティナポリタン・はくさいスープ・バナナ	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ/ベーコン・はくさい・人参・ほうれん草/バナナ	ぜんざい
16	水	牛乳 バナナ	にんじんごはん・三平汁・もやしのナムル	人参/鮭・はくさい・大根・玉ねぎ・さといも・ねぎ/もやし・人参・小松菜・ごま・ごま油/ロールパン・ウインナー・キャベツ	牛乳・ホットドック
17	木	牛乳 みかん	ごはん・白身魚のカレー揚げ・ブロッコリー・トマト・フェイジョン	メカジキ/ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/ゆで大豆・ベーコン・玉ねぎ・人参	牛乳・クッキー
18	金	牛乳 りんご	お 楽 し み 鍋		牛乳・せんべい
19	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
21	月	牛乳 バナナ	ごはん・肉団子スープ・だいこんサラダ	鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・しいたけ・人参・はくさい・ねぎ/大根・ハム・人参・きゅうり・マヨネーズ	牛乳・サブレ
22	火	牛乳 みかん	中華うどん・もやしのごま和え・バナナ	豚肉・たけのこ・玉ねぎ・人参・しいたけ・チンゲン菜・ごま油/もやし・人参・ツナ缶詰・ごま/バナナ	牛乳・おにぎりせんべい
23	水	牛乳 オレンジ	ごはん・魚の照り煮・小松菜のすまし汁	赤魚/小松菜・人参・大根・はくさい・豆腐・油揚げ/黒蒸し粉	ジョア・黒蒸しパン
24	木	牛乳 バナナ	ごはん・高野豆腐の煮物・だいこんのみそ汁・みかん	鶏肉・高野豆腐・しいたけ・里いも・人参・グリーンピース/大根・しめじ・玉ねぎ・ねぎ/みかん	牛乳・クラッカー
25	金	ヨーグルト	ごはん・鶏の甘酢和え・トマト・ポイルキャベツ・はるさめスープ	鶏肉/トマト/キャベツ/はるさめ・ベーコン・豆腐・人参・チンゲン菜・しめじ	100%果汁・シュークリーム
26	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいのみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまい・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
28	月	牛乳 バナナ	ごはん・キャベツサラダ・牛肉とじゃがいもの炒め	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・ピーマン・トマト/キャベツ・ハム・きゅうり・人参	牛乳・チーズ・しるこサンド
29	火	牛乳 オレンジ	スパゲティミートソース・キャベツとコーンのスープ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・小麦粉/ベーコン・キャベツ・じゃがいも・コーン缶詰・ねぎ	牛乳・ふかし芋
30	水	牛乳 りんご	ごはん・ドライカレー・フレンチサラダ・みかん	豚ひき肉・バター・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/ハム・レタス・人参・コーン缶詰/みかん	牛乳・あられ
31	木	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(玉ねぎ)・大根のみそ汁	赤魚・玉ねぎ/大根・人参・じゃがいも・えのきたけ・ねぎ・油揚げ	牛乳・クッキー

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

