

# 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	水	牛乳 チーズ	スパゲティミートソース・ キャベツスープ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・小麦粉/ 鶏肉・キャベツ・コーン缶詰・人参・ねぎ	牛乳・お菓子
5	木	牛乳 みかん	ごはん・魚の梅干し煮・豚汁・ りんご	赤魚・梅干し/豚肉・大根・里芋・ごぼう・玉ねぎ・人参・油揚げ・ねぎ/ りんご	牛乳・お菓子
6	金	牛乳 りんご	ひじきごはん・紅白なます・ 白菜のすまし汁	鶏肉・ひじき・人参・油揚げ・グリーンピース/大根・人参・ごま/ 豆腐・白菜・玉ねぎ・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
7	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・ クリームコーン缶詰・玉ねぎ	お茶・お菓子
10	火	牛乳 りんご	五目うどん・さわやか和え・ バナナ	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ほうれん草・白菜/ キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布/バナナ	牛乳・お菓子・ ミニフィッシュ
11	水	牛乳 バナナ	ごはん・魚のおろし煮・みかん・ えのきたけのすまし汁	赤魚・大根/えのきたけ・玉ねぎ・人参・白菜・ねぎ/みかん/小豆	ぜんざい
12	木	牛乳 オレンジ	ごはん・ドライカレー・バナナ・ チンゲン菜スープ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しぶどう・小麦粉/ 豚肉・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・ねぎ/バナナ	牛乳・お菓子
13	金	牛乳 みかん	ごはん・筑前煮・豆腐のすまし汁	鶏肉・ごぼう・れんこん・しいたけ・里芋・人参/ 豆腐・玉ねぎ・人参・大根・油揚げ・ねぎ/炊き込みわかめ	わかめおにぎり
14	土	お茶 オレンジ	スパゲティナポリタン・ コンソメスープ	スパゲティ/豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン/ 玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ	お茶・お菓子
16	月	牛乳 バナナ	パン・ポトフ・ブロッコリーサラダ	パン・鶏肉・じゃがいも・キャベツ・かぶ・玉ねぎ・人参・ウインナー/ ブロッコリー・ハム・コーン缶詰・マヨネーズ	牛乳・お菓子
17	火	牛乳 オレンジ	きのこスパゲティ・みかん・ さつま揚げのすまし汁	スパゲティ/豚肉・玉ねぎ・エリンギ・しめじ・人参・ピーマン・バター/ さつま揚げ・ほうれん草・人参・玉ねぎ/みかん/調整豆乳・白蒸し粉	ジョア・ 豆乳蒸しパン
18	水	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のホイル蒸し・ はくさいスープ	メカジキ・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ・バター/ ベーコン・白菜・人参・しめじ・コーン缶詰	牛乳・お菓子
19	木	牛乳 オレンジ	ごはん・豚肉のしょうが焼き・ 豆腐のみそ汁	豚肉・玉ねぎ・キャベツ/豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/	牛乳・お菓子
20	金	牛乳 バナナ	ごはん・豆腐の変わり揚げ・ ポイルキャベツ・さつまいものみそ汁	しぼり豆腐・ひじき・人参・ねぎ/キャベツ/さつまいも・玉ねぎ・人参・ 小松菜・ねぎ・油揚げ/食パン・マーガリン・きな粉	100%果汁・ きな粉サンド
21	土	お茶 オレンジ	ハヤシライス・コーンスープ	牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・ハヤシルウ/ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰	お茶・お菓子
23	月	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(ごぼう)・ ほうれん草のすまし汁	赤魚・ごぼう/ほうれん草・人参・玉ねぎ・白菜・えのきたけ・油揚げ/	牛乳・お菓子
24	火	牛乳 オレンジ	みそ煮込みうどん・ かぼちゃの甘煮・バナナ	うどん・豚肉・玉ねぎ・白菜・人参・しめじ・ねぎ/かぼちゃ/バナナ/ 調整豆乳・きな粉	ジョア・ 豆乳もち
25	水	牛乳 バナナ	ハヤシライス・レタスサラダ・ ゼリー	牛肉・玉ねぎ・人参・しめじ・バター・小麦粉・トマトホール缶・ グリーンピース/レタス・きゅうり・コーン缶詰・ツナ缶詰/ゼリー	牛乳・お菓子
26	木	牛乳 りんご	味ごはん・キャベツのしそ和え・ 大根のすまし汁	鶏肉・人参・ごぼう・しいたけ・油揚げ・ねぎ/キャベツ・しそふりかけ/ 大根・玉ねぎ・人参・豆腐	牛乳・お菓子
27	金	ヨーグルト	パン・鶏肉と白菜のクリーム煮・ フレンチサラダ・みかん	パン/鶏肉・白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・ブロッコリー・ホワイトルウ・ 牛乳/レタス・きゅうり・トマト・ハム/みかん	牛乳・お菓子
28	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・玉ねぎ・油揚げ	お茶・お菓子
30	月	牛乳 バナナ	ごはん・インド風煮・小魚和え・ バナナ	大豆・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ/ ちりめんじゃこ・レタス・きゅうり・人参/バナナ	牛乳・お菓子
31	火	牛乳 オレンジ	焼きそば風スパゲティ・ 野菜スープ	スパゲティ/豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン/ ベーコン・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・人参	牛乳・菓子パン

※ 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。

