



2018年 1月 予定献立表



緑の家保育園

曜日	日にち	10時	おひる	おやつ	ざいりょう
木	4 18	1才児 2才児 クラス	スパゲティミートソース ポテトサラダ 白菜スープ	こぎつねおにぎり 果物	スパゲティ 豚もも肉 玉葱 人参 干しいたけ トマト缶 バター 小麦粉 牛乳 チーズ じゃが芋 ベーコン 豆腐 精白米 油揚げ
金	5 19	牛	わかめごはん 沢煮わん 鰯のごまみそ焼き コーン入り野菜ソティ	ごまの揚げ団子 果物	精白米 胚芽米 さわら いらごま ほうれん草 人参 玉葱 コーン缶 バター キャベツ 豚もも肉 豆腐 長ねぎ さつま芋 豆乳
土	6 20		ごはん 麩とキャベツのみそ汁 麻婆豆腐 果物 チンゲン菜のごまじゃこ炒め	ココアラスク 果物	精白米 豚ひき肉 豆腐 長ねぎ 干しいたけ ごま油 キャベツ 小町麩 青梗菜 ちりめんじゃこ とろろ昆布 食パン バター ココア 三温糖
月	22		豚丼 ごまじゃこ和え 豆腐とじゃが芋のみそ汁	ホロホロクッキー 果物	精白米 豚もも肉 玉葱 人参 白菜 ちりめんじゃこ 小松菜 いらごま 豆腐 じゃが芋 ほうれん草 米粉 小麦粉 バター 黒糖 三温糖
火	9 23		食パン ホワイトシチュー かじき鮭のトマトみそ煮 野菜サラダ	梅干しおにぎり 果物	食パン かじき鮭 人参 きゅうり キャベツ レーズン はちみつ 鶏むね肉 玉葱 カリフラワー じゃが芋 バター 小麦粉 牛乳 精白米
水	10		みそうどん 肉の千草焼き ヨーグルト和え	お汁粉(だまこ餅) 果物	干しうどん 豚もも肉 人参 玉葱 ほうれん草 油揚げ ごま油 長ねぎ 豆腐 干しいたけ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たら 精白米 小豆
水	24	乳	みそうどん 肉の千草焼き ヨーグルト和え	お好み焼き 果物	干しうどん 豚もも肉 人参 玉葱 ほうれん草 油揚げ ごま油 長ねぎ 豆腐 干しいたけ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たら 小麦粉 豚もも肉
木	11	100cc	カレーライス 和風サラダ 豆腐とねぎのみそ汁	はちみつクリーム チーズサンド 果物	精白米 胚芽米 豚もも肉 人参 じゃが芋 はちみつ バター 小麦粉 牛乳 ほうれん草 しらす キャベツ わかめ 食パン クリームチーズ
木	25		カレーライス 和風サラダ 豆腐とねぎのみそ汁	お誕生日ケーキ	精白米 胚芽米 豚もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 はちみつ バター 小麦粉 牛乳 ほうれん草 しらす キャベツ わかめ 豆腐 生クリーム
金	12 26		ごはん 野菜わん わかさぎのから揚げ(0.1.2歳児は白身魚) 酢の物	トマトグラタン 果物	精白米 わかさぎ 白身魚 しらす わかめ きゅうり キャベツ さつま芋 玉葱 小松菜 マカロニ 小麦粉 バター 牛乳 チーズ
土	13 27		ごはん 玉葱と油揚げのみそ汁 白身魚のねぎソース もやしのカレーソティ	ジャーマンポテト 果物	精白米 白身魚 長ねぎ ベーコン もやし 玉葱 油揚げ 小松菜 じゃが芋 ブロッコリー バター
月	15 29		食パン みそクリームスープ 鮭の洋風焼き フレンチサラダ	かやくおにぎり 果物	食パン 生鮭 人参 きゅうり キャベツ はちみつ ベーコン 豚もも肉 じゃが芋 カリフラワー バター 小麦粉 牛乳 精白米 干しいたけ
火	16		ごはん のっぺい汁 ぶりの梅煮 ほうれん草の海苔和え	お好み焼き 果物	精白米 ぶり 梅干し 人参 ほうれん草 コーン缶 焼きのり 鶏むね肉 豆腐 干しいたけ 大根 里芋 長ねぎ 小麦粉 キャベツ
火	30		ごはん のっぺい汁 ぶりの梅煮 ほうれん草の海苔和え	肉まん 果物	精白米 ぶり 梅干し 人参 ほうれん草 コーン缶 焼きのり 鶏むね肉 豆腐 干しいたけ 大根 里芋 長ねぎ 小麦粉 キャベツ
水	17 31		ごはん 大根とわかめのスープ 鶏の香味焼き ごま和え	あんクリームサンド 果物	精白米 鶏もも肉 しょうが 長ねぎ ほうれん草 大根 長ねぎ 人参 キャベツ すりごま 食パン 小豆 三温糖 生クリーム

