

1月 献立表

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	
4			お弁当日	星食べよ	
6	20	月	ラーメン もやしの中華和え フルーツポンチ	中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、食塩 もやし、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、中華だしの素 もも缶、パイン缶、みかん缶	牛乳 牛乳 麩ラスク 焼ふ、グラニュー糖、無塩バター
7	21	火	焼き肉丼 小松菜のナムル たまごスープ	米、牛肉、たまねぎ、油、焼き肉のたれ ごまつな、食塩、ごま、ごま油、しょうゆ、中華だしの素 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	7日 お茶 七草とハムの彩りおにぎり 米、七草、ハム、ごま油、食塩
					21日 牛乳 ギョーザ 豚ひき肉、キャベツ、ねぎ、しょうが にんにく、酒、しょうゆ、ごま油、食塩 ぎょうざの皮
8	22	水	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き パスタサラダ コーンスープ	米 さけ、たまねぎ、マヨドレ、砂糖、食塩、パン粉 スパゲティ、ハム、きゅうり、にんじん、食塩、マヨドレ クリームコーン缶、牛乳、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 ベーコンポテトパイ ベーコン、じゃがいも、洋風だしの素、食塩 春巻きの皮、油
9	23	木	ロールパン ビーフストロガノフ ポテトサラダ	ロールパン 牛肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、小麦粉、有塩バター、油、ワイン 洋風だしの素、水、ケチャップ、生クリーム じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨドレ、食塩	お茶 麦茶 おかかおにぎり 米、かつお節、しょうゆ
10	24	金	ごはん 千キン南蛮 小松菜のじゃこ和え お麩のみぞ汁	米 鶏もも肉、食塩、片栗粉、マヨドレ、卵、たまねぎ、パセリ粉、食塩、酢 しょうゆ、みりん、砂糖 ごまつな、じゃこ、しょうゆ、砂糖 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 バイクドチーズケーキ クリームチーズ、生クリーム グラニュー糖、卵、レモン果汁、小麦粉
11	25	土	豚丼 かぼちゃの煮物 わかめのみぞ汁	米、豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 かぼちゃ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツポンチ もも缶、みかん缶
	27	月	肉うどん 白菜の昆布和え りんご	ゆでうどん、牛肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、食塩 はくさい、塩こんぶ りんご	牛乳 牛乳 五平餅 米、もち米、赤みそ、砂糖、みりん、酒
14	28	火	ごはん 千キンカツ ほうれん草の海苔和え 豆腐のみぞ汁	米 鶏もも肉、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油 ほうれんそう、刻みのり、しょうゆ、砂糖、みりん 木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 たまごサンド 食パン、卵、マヨドレ
15		水	赤飯 ぶりの照り焼き 炒め紅白なます 雑煮風	米、もち米、食塩、あずき ぶり、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 だいこん、にんじん、油、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、酢 かつお・昆布だし汁、いりごま もち麩、さといも、だいこん、にんじん、白みそ、かつお・昆布だし汁	牛乳 牛乳 千千ミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、しょうゆ 中華だしの素、ごま油、しょうゆ、砂糖
	29	水	和風スパゲティ かぼちゃのサラダ コンソメスープ	スパゲティ、ベーコン、ほうれんそう、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 有塩バター、しょうゆ、にんにく かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨドレ、食塩 キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 千千ミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、しょうゆ 中華だしの素、ごま油、しょうゆ、砂糖
16	30	木	ごはん ホイコーロー 大根の中華煮 わかめスープ	米 豚肉、キャベツ、たまねぎ、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、米みそ、ごま油 だいこん、鶏ひき肉、にんにく、ごま油、オイスターソース、中華だしの素 砂糖、しょうゆ、水、片栗粉 カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 フリンアラモード 卵、牛乳、グラニュー糖、バニラエッセンス ホイップクリーム、みかん缶
17	31	金	ごはん さばの塩焼き にんじんしりしり 豚汁	米 さば、食塩 にんじん、卵、ごま油、砂糖、しょうゆ、酒 豚肉、にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、米みそ	牛乳 牛乳 みかん、星食べよ みかん、星食べよ
18		土	牛丼 さつまいもの煮物 わかめのみぞ汁	米、牛肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 さつまいも、しょうゆ、砂糖、みりん カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 オレンジゼリー アガー、水、グラニュー糖、オレンジジュース

※延長おやつは、星食べよ・ぼたぼた焼きを提供します。