

1月 献立表

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
5	月 19	お弁当		お茶 麦茶 星食べよ
		ごはん チキン南蛮 小松菜のじゃこ和え お麸のみぞ汁	米 鶏もも肉、食塩、片栗粉、油、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 こまつな、しらす干し、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 ベ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
6	火 20	ラーメン もやしの中華和え フルーツポンチ	生中華めん、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、水 もやし、ほうれんそう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、中華だしの素 もも缶(白桃)、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	水 21	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 こまつな、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 牛乳 七草とハムの彩りおにぎり 米、せり、なづな、ハム、ごま油、食塩 21日 牛乳 おかかおにぎり 米、かつお節、しょうゆ
8	木 22	ごはん さばの塩焼き にんじんしいしり 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 チーズサンド 食パン、スライスチーズ
9	金 23	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、バター、油、 ワイン(赤)、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	牛乳 牛乳 みかん みかん 星食べよ
10	土 24	豚丼 かぼちゃの煮物 わかめのみぞ汁	米、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(白桃)、みかん缶
	月 26	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、水、米みそ、砂糖、みりん、酒
13	火 27	ごはん チキンカツ 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、焼きのり、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
14	水 28	ごはん 鮭のチーズ焼き パスタサラダ コーンスープ	米 さけ、食塩、油、チーズ スペゲティ、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
15	木 29	ごはん ぶりの照り焼き 炒め紅白なます 雑煮風	米 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、ごま 焼ふ、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 チヂミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、中華だしの素、 しょうゆ、水、ごま油、しょうゆ、砂糖
		和風スペゲティ かぼちゃのサラダ コンソメスープ	スペゲティ、ベーコン、ほうれんそう、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、 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 チヂミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、中華だしの素、 しょうゆ、水、ごま油、しょうゆ、砂糖
16	金 30	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 プリンアラモード 卵、牛乳、砂糖、バニラエッセンス、 ホイップクリーム、みかん缶
17	土 31	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、砂糖、オレンジ果汁

*献立表は予定ですので、諸事情により変更になる事があります。ご了承ください。

*延長おやつは、星食べよ・ぼたぼた焼きを提供します。