

さくら保育園 1月給食献立表

日	曜	主食	副食	材料	おやつ
11	火	みそラーメン	フレンチサラダ/バナナ	ラーメン/干しいたけ/豚肉/にんじん/白菜/長ねぎ/もやし/コーン/みそ/ガラスープ/キャベツ/きゅうり/にんじん/バナナ/ビザマン/牛乳	牛乳 ビザマン
12	水	ごはん	ひじきの炒め煮/みそ汁/チーズ	米/ひじき/干しいたけ/豚肉/にんじん/つきこん/たまねぎ/ちくわ/油揚げ/キャベツ/にんじん/長ねぎ/おつゆ麩/みそ/チーズ/小麦粉/バター/たまご/牛乳	牛乳 さくさくクッキー
13	木	ごはん	ぶり大根/みそ汁/みかん	米/ぶり/だいこん/にんじん/テンゲンサイ/たまねぎ/白菜/高野豆腐/みそ/みかん/プリン	麦茶 プリン
14	金	バターロール	チリコンカン/スープ/オレンジ	バターロール/大豆/豚ミンチ/鶏ミンチ/じゃがいも/たまねぎ/ピーマン/カレー粉/コンソメ/ケチャップ/片栗粉/にんじん/長ねぎ/キャベツ/オレンジ/小麦粉/卵/牛乳	牛乳 ぼんぼんドーナツ
15	土	おにぎり	のっぺい汁/チーズ/みかん	米/ゆかり/鶏肉/ごぼう/だいこん/にんじん/さといも/豆腐/長ねぎ/こんにゃく/片栗粉/チーズ/みかん	
17	月	ごはん	ハヤシライス/スープ/チーズ	米/豚肉/じゃがいも/にんじん/しめじ/たまねぎ/ハヤシフレーク/トマトジュース/コンソメ/わかめ/にんじん/ほうれん草/キャベツ/チーズ/ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
18	火	あんかけ焼きそば	野菜スープ/りんご	ラーメン/干しいたけ/豚肉/たまねぎ/にんじん/白菜/ピーマン/むきえび/もやし/なると/片栗粉/キャベツ/にんじん/小松菜/りんご/白玉粉/上新粉/片栗粉/牛乳	牛乳 みたらし団子
19	水	ごはん	山賊焼き/野菜スティック/練キャベツ/みそ汁	米/鶏肉/片栗粉/きゅうり/にんじん/だいこん/みそ/マヨネーズ/キャベツ/にんじん/長ねぎ/白菜/高野豆腐/みそ/ぼたぼた焼き/牛乳	牛乳 せんべい
20	木	おかかごはん	豚汁/サラダ/バナナ	米/かつおおかか/かつお節/豚肉/ごぼう/にんじん/だいこん/長ねぎ/じゃがいも/白菜/こんにゃく/しめじ/豆腐/みそ/キャベツ/にんじん/きゅうり/バナナ/食パン/マーガリン/すりゴマ白/牛乳	牛乳 ごまトースト
21	金	レーズンロールパン	マカロニグラタン/スープ/オレンジ	レーズンロールパン/鶏肉/マカロニ/たまねぎ/にんじん/枝豆/じゃがいも/バター/小麦粉/牛乳/コンソメ/シュレッドチーズ/米/もち米/すりゴマ黒/牛乳	牛乳 おはぎ
22	土	おにぎり	けんちん汁/チーズ/みかん	米/鶏肉/ごぼう/にんじん/長ねぎ/大根/こんにゃく/しめじ/豆腐/チーズ/みかん	
24	月	ごはん	鶏丼/みそ汁/みかん	米/鶏肉/たまねぎ/わかめ/白菜/もやし/切り干し大根/にんじん/みそ/みかん/豆乳ウエハース/牛乳	牛乳 豆乳ウエハース
25	火	O組お好み献立	カレーうどん/チーズサラダ/ハッシュポテト/ゼリー	うどん/豚肉/たまねぎ/にんじん/ちくわ/ほうれん草/しめじ/長ねぎ/カレー粉/片栗粉/キャベツ/にんじん/きゅうり/ダイス/チーズ/ミニ塩ポテト/ゼリーの素/とうもろこし/米/ゆかり/牛乳	牛乳 おにぎり
26	水	ごはん	おさかなハンバーグ/だいこんサラダ/みそ汁	米/いわし/ハンバーグ/だいこん/きゅうり/にんじん/コーン/ターサイ/にんじん/たまねぎ/みそ/食パン/バター/卵/牛乳	牛乳 フレンチトースト
27	木	ツイストパン	五目ワントンスープ/大豆サラダ/オレンジ	ツイストパン/干しいたけ/豚肉/にんじん/白菜/もやし/たまねぎ/ほうれん草/ワントンの皮/コンソメ/キャベツ/にんじん/きゅうり/大豆/オレンジ	牛乳 マカロニきなこ
28	金	お誕生日会	かやくごはん/えのきサラダ/すまし汁/みかん	米/干しいたけ/鶏肉/油揚げ/ごぼう/にんじん/枝豆/キャベツ/きゅうり/えのき/かにかま/レモン果汁/ほうれん草/にんじん/卵/みかん/ロールケーキ/牛乳	牛乳 ロールケーキ
29	土	おにぎり	豚汁/チーズ/みかん	米/ゆかり/豚肉/だいこん/にんじん/白菜/長ねぎ/こんにゃく/豆腐/じゃがいも/みそ/チーズ/みかん	
31	月	ごはん	チキンカレー/スープ/チーズ	米/鶏肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/カレーフレーク/コンソメ/えのき/にんじん/ほうれん草/キャベツ/チーズ/バター/クッキー/牛乳	牛乳 バタークッキー

* 今月の平均栄養価・・・エネルギー505kcal,たんぱく質20.1g, 脂肪15.8g,塩分2.4g
* 仕入れにより材料の変更がありますのでご了承ください

