

# 1 月予定幼児食献立表

平成30年

みやび保育園

日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
4	木	もずく丼 ブロッコリーのツナ和え 玉ねぎのみそ汁 果物	甘納豆蒸しパン 牛乳	もずく ひき肉 卵 わかめ ツナ 牛乳	白米 砂糖 マヨネーズ 甘納豆 油 ホットケーキミックス	玉ねぎ 小松菜 ブロッコリー 黄ピーマン ネギ 果物	
5	金	ごはん 鯖の竜田揚げ 果物 ジャーマンポテト 大根とアーサのすまし汁	ゴマケーキ 牛乳	鯖 ベーコン アーサ ゴマ 牛乳	白米 じゃが芋 砂糖 油 ホットケーキミックス 片栗粉	トマト 玉ねぎ 大根 ねぎ 果物	
6	土	ドライカレー 春雨スープ 果物	芋もちお焼き 牛乳	豚ミンチ 春雨 チーズ グリーンピース 牛乳	白米 もち粉 砂糖 さつまいも カレールー	しめじ 玉ねぎ 人参 白菜 ニラ 果物	
9	火	きのこスパゲティー ツナサラダ かきたま汁 果物	しそひじきおにぎり お茶	鶏肉 エビ ツナ 卵	白米 スパゲティー 砂糖	玉ねぎ 人参 しめじ エノキ まいたけ レタス 胡瓜 果物	
10	水	 <b>お 弁 当 会</b> 					
11	木	あわごはん 和風ハンバーグ 果物 カレー風味のポテトサラダ 小松菜のみそ汁	豆腐ドーナツ 牛乳	合挽肉 チーズ 油揚げ 絹ごし豆腐 果物	白米 あわじゃが芋 コーン ホットケーキミックス 小麦粉 油	大根 水菜 人参 トマト 玉ねぎ 果物	
12	金	ごはん 鮭のオーロラソース焼き 大根サラダ コーンスープ 果物	ウエハース・チーズ 牛乳	鮭 チーズ ベーコン 大豆 牛乳	白米 コーン ウエハース	大根 水菜 人参 トマト 玉ねぎ 果物	
13	土	ジュシー 甘酢和え 豚汁 果物		ツナ ひじき 豚肉 こんにゃく	白米 砂糖	人参 にはら キャベツ キュウリ 人参 ゴボウ 果物	
15	月	麦ごはん 魚のパン粉焼き 果物 人参しりしり なめこのみそ汁	大学芋 牛乳	魚 ツナ 卵 ゴマ 牛乳	白米 押し麦 さつまいも 油 砂糖	人参 パセリ トマト なめこ ニラ ほうれん草 果物	
16	火	チキンピラフ ブロッコリーのソテー クラムチャウダー 果物	パナナケーキ 牛乳	鶏肉 ウインナー あさり 卵 グリーンピース ベーコン 牛乳	白米 じゃが芋 砂糖 バター ホットケーキミックス 小麦粉	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 果物	
17	水	ごはん 豚肉の生姜焼き 果物 ワカメとキュウリの和え物 じゃが芋のみそ汁	ジャムサンド 牛乳	豚肉 ツナ わかめ 牛乳	白米 じゃが芋 食パン 油	玉ねぎ キュウリ ほうれん草 人参 しめじ 果物	
18	木	【かみ献立】八穀米ごはん わかさぎの南蛮漬け ほうれん草の白和え とろろ昆布のすまし汁 果物	オートミールクッキー 牛乳	わかさぎ 木綿豆腐 ハンパ 卵 とろろ昆布 ツナ 牛乳	白米 八穀米 油 ショートニング 砂糖 小麦粉 オートミール	レタス きゅうり 赤ピーマン ほうれん草 ネギ 果物	
19	金	あわごはん 揚げ出し豆腐 果物 麩チャンプルー うどん汁	ほうれん草のホットケーキ 牛乳	卵 豚肉 木綿豆腐 チーズ 牛乳	白米 あわ車麩 うどん ホットケーキミックス 砂糖 油	大根 ネギ ほうれん草 ニラ キャベツ 人参 もやし 果物	
20	土	ごはん さつまいもと鶏肉の炒め煮 キャベツのみそ汁 果物	コーンフレーク 牛乳	鶏肉 牛乳	白米 コーンフレーク さつまいも	キャベツ 人参 にはら ネギ 果物	
22	月	野菜カレー 果物 マカロニサラダ わかめのスープ	チョコチップスコーン 牛乳	豚肉 大豆 卵 牛乳 わかめ ゴマ	白米 あわ じゃが芋 バター マカロニ ホットケーキミックス 砂糖	人参 玉ねぎ 黄ピーマン インゲン 果物	
23	火	ごはん 魚の照り焼き 果物 大根のそぼろ煮 しめじのみそ汁	マシュマロおこし 牛乳	魚 豚ミンチ 枝豆 ゴマ 牛乳	白米 マーガリン マシュマロ コーンフレーク オートミール	ブロッコリー 人参 大根 しめじ キャベツ 果物	
24	水	麦ごはん レバーの酢豚風 果物 ポテごぼうサラダ もずくスープ	くずもち 牛乳	レバー もずく 牛乳 枝豆 きな粉	白米 押し麦 芋くず じゃが芋 砂糖	玉ねぎ ゴボウ 赤ピーマン 白菜 ニラ 果物	
25	木	納豆ごはん 肉じゃが 果物 しらすの和え物 そうめん汁	ロッククッキー 牛乳	納豆 豚肉 しらす しらす 卵 牛乳	白米 じゃが芋 そうめん 小麦粉 バター 砂糖	玉ねぎ 人参 きゅうり ねぎ 果物	
26	金	 <b>お誕生会メニュー</b> 	パースデーケーキ 牛乳	豚肉 ベーコン 卵 牛乳	白米 パン粉 小麦粉 バター じゃが芋 サラダ オートミール	トマト 黄ピーマン 人参 セロリ ブロッコリー 果物	
27	土	タコライス 豆乳スープ 果物	ラスク 牛乳	合挽肉 チーズ 牛乳 豆乳	白米 食パン 砂糖 さつまいも	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ねぎ 果物	
29	月	あわごはん 魚の塩焼き 果物 筑前煮 豆腐とアーサのみそ汁	さつまいものケーキ 牛乳	魚 鶏肉 こんにゃく 卵 絹ごし豆腐 アーサ 牛乳	白米 砂糖 さつまいも バター ホットケーキミックス	大根 人参 ごぼう ネギ しいたけ いんげん 果物	
30	火	三枚肉そば ミミガーの和え物 果物	ふりかけおにぎり お茶	豚肉 ミミガー かまぼこ	沖縄そば 白米	キュウリ 大根 ねぎ 果物	
31	水	ごはん 焼きシシャモ 果物 五目きんぴら 厚揚げのみそ汁	ちんぴん 牛乳	ししゃも チキ揚げ 板こんにゃく 牛乳	白米 小麦粉 砂糖 黒糖 油	ごぼう 人参 インゲン 長ネギ 果物	

\*1月8日は成人の日でお休みです。  
※食材の都合により献立を変更する事があります。



新年あけまして  
おめでとうございます。  
今年もおいしい給食作りを頑張ります。

