

★ 1月 予 定 献 立 表 ★

日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	日	曜	昼食	材料	おやつ	材料		
16	30	御飯 ハンバーグ 青菜ソテー	スープ ポテトサラダ	米/白菜、人参、万能葱/豚挽肉、玉葱、卵/ほうれん草、ベーコン/じゃがいも、人参	ヨーグルトケーキ 果物 牛乳	23	月	御飯 竹輪の磯部揚げ 切干大根の炒め煮 かぼちゃの煮物	みそ汁	米/白菜、しめじ、ほうれん草/竹輪、青のり、小麦粉/切干大根、人参、いんげん、さつま揚げ/かぼちゃ	かきたまにゆめん 果物	干そうめん、卵、えのき茸、ねぎ/果物	
10		火	御飯 肉豆腐 さつま芋の天ぷら ブロッコリーおかか和え	みそ汁	米/豚肉、焼き豆腐、玉葱、白菜、椎茸、白滝/さつま芋、天ぷら粉/ブロッコリー/キャベツ、玉葱、人参	焼きそば 果物		17	火	きのご飯 鶏の治部煮 車麩の旨煮	みそ汁 ★なます	米、油揚げ、人参、椎茸、しめじ/鶏肉、生姜、ブロッコリー、人参/車麩/大根、人参/キャベツ、玉葱、わかめ	ホットドック 牛乳
24	4		水	ツナカレー 大根ステーキ ★栗きんとん風 4日いんげんのおかか和え ※18日 ドライカレー、青菜のお浸し	米、ツナ缶、人参、玉葱、じゃが芋、コーン、小麦粉/大根/ほうれん草、にんじん/栗甘露煮、さつまいも	ココアプリン風 せんべい	11	水		御飯 豚肉の生姜焼き キャベツの磯香和え 里芋のごまみそがらめ ※25日豆腐のみそ汁/里芋の煮物	豆腐のすまし汁	米/木綿豆腐、ねぎ、生わかめ/豚肉、しょうが/キャベツ人参、ごま、青のり/里芋	★お汁粉(幼児) ★お雑煮(幼児) ★煮込み麺(乳児)
18	5	木		御飯 鮭のサクサク揚げ コールスローサラダ	みそ汁 ★たたきごぼう	米/白菜、しいたけ、あさつき/鮭/キャベツ、人参/ごぼう、ごま	きなこおはぎ (乳児 きなこおにぎり) ウィンナーソテー		12	木	御飯 チキンソテーマトソース 小松菜ベーコン炒め 茹でカリフラワー	和風コーン クリームスープ	米/クリームコーン、玉葱、牛乳/鶏肉、小麦粉/カリフラワー、マヨネーズ/小松菜、ベーコン
19	6		金	七草がゆ ★筑前煮 きゅうりのゆかり和え ※20日 ふりかけ御飯	すまし汁 ぶどう豆	米、七草/ねぎ、だいこん、人参/鶏肉、ごぼう、れんこん、人参、いんげん、こんにゃく/きゅうり/大豆	サモサ 牛乳	13	金		御飯 麻婆豆腐 白菜とほうれん草のナムル ★田作り	春雨スープ トマト	米/木綿豆腐、豚挽肉、玉葱、生姜、万能ねぎ/春雨、ラム、玉葱、あさつき/白菜、ほうれん草、塩こんぶ/トマト/いわし、ごま
20	7	土		素うどん チーズ入りオムレツ いんげんウィンナーソテー	人参甘煮	干うどん、万能ねぎ/卵、牛乳、チーズ/いんげん、ウィンナー/人参	じゃがいもガレット 牛乳	14		土	わかめうどん 鶏肉の香味焼き 茹でキャベツ 塩トマト		乾めん、万能ねぎ、生わかめ/とりむね肉/キャベツ/トマト
21	28												

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。 ★マーク=おせち献立