

🍷 1月予定献立表 🍷

令和3年1月
ちいさなたね保育園

日にち	昼 食	午後おやつ	主な材料
4・18 (月)	ポークカレー 切干大根のサラダ	マカロニ黄な粉 牛乳	米・菜種油・玉葱・大蒜・生姜・豚肉 人参・じゃが芋・りんご・玉葱・蜂蜜・カレー粉 ソース・ケチャップ・醤油・薄力粉・切干大根 胡瓜・米酢・ごま・マカロニ・黄な粉・花見糖・牛乳
5・19 (火)	白飯 煮魚 五目ひじき 味噌汁	さつま芋の巾着 牛乳	米・カラスカレイ・生姜・花見糖・みりん 醤油・ひじき・厚揚げ・人参・糸蒟蒻・大根 ねぎ・味噌・薩摩芋・バター・牛乳
6・20 (水)	白飯 松風焼き ブロッコリーの和風サラダ 味噌汁	スコーン 牛乳	米・豚肉・鶏肉・玉葱・米粉・味噌・醤油 青のり・ブロッコリー・人参・しらす・わかめ 米酢・えのき・万能ねぎ・味噌・薄力粉 ベーキングパウダー・バター・ヨーグルト・牛乳
7・21 (木)	白飯 サーモンフライ 青梗菜の胡麻和え 味噌汁	7日七草粥 21日 わかめおにぎり 牛乳	米・鮭・塩・薄力粉・パン粉・菜種油 青梗菜・人参・ホールコーン缶・ごま・醤油 花見糖・大根・油揚げ・味噌・7日七草 21日 わかめ 牛乳
8・22 (金)	白飯 揚げ鶏の甘酢あん 小松菜とひじきのナムル 味噌汁	フレンチトースト 牛乳	米・鶏肉・醤油・生姜・片栗粉・菜種油 長葱・醤油・みりん・米酢・花見糖・片栗粉 小松菜・もやし・ひじき・ごま・ごま油・牛乳 木綿豆腐・玉葱・味噌・食パン・メープル・豆乳
9・23 (土)	焼うどん 味噌汁 りんご	ヨーグルト 牛乳	うどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ なたね油・醤油・みりん・玉葱・じゃが芋 味噌・りんご・ヨーグルト・(牛乳)
25 (月)	白飯 豚肉と大根の煮物 キャベツのゆかり和え 味噌汁	鮭おにぎり 牛乳	米・豚肉・大根・白滝・人参・砂糖・塩 醤油・酒・キャベツ・キャベツ・胡瓜 ゆかり・薩摩芋・玉葱・味噌 鮭・牛乳
12・26 (火)	白飯 白身魚のレモンソース 大根の浅漬け 味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	米・カラスカレイ・塩・片栗粉・醤油・レモン 大根・人参・小松菜・玉葱・じゃが芋・味噌 薄力粉・ベーキングパウダー・黒糖・味噌 豆乳・菜種油
13・27 (水)	麻婆丼 春雨の中華和え 味噌汁	オレンジゼリー 牛乳	米・豚肉・木綿豆腐・人参・玉葱・生姜 ごま油・味噌・醤油・花見糖・春雨・胡瓜 ツナ缶・米酢・花見糖・醤油・わかめ・ねぎ オレンジ果汁・アガー・牛乳
14・28 (木)	白飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	黄な粉おはぎ 牛乳	米・豚肉・玉葱・ピーマン・玉葱・醤油 酒・花見糖・生姜・ほうれん草・ごま さつま芋・味噌・もち米・黄な粉・牛乳
15・29 (金)	白飯 油淋鶏風 コールスロー 味噌汁	お麩ラスク 牛乳	米・鶏肉・酒・片栗粉・塩・醤油・米酢・花見糖 ごま油・葱・キャベツ・胡瓜・人参・米酢 ケチャップ・木綿豆腐・わかめ・味噌 麩・黒糖・バター・牛乳
16・30 (土)	ミートスパゲッティ 野菜スープ バナナ	ヨーグルト 菓子	スパゲッティ・豚肉・玉葱・人参・ケチャップ 醤油・ソース・大蒜・じゃが芋・バナナ ヨーグルト・菓子(牛乳)

☆仕入れなどの都合により材料や献立を変更する場合があります
★三歳未満児のみ午前おやつに菓子、牛乳がでます