

1月の献立

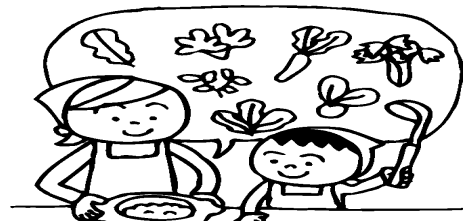
持子保育園

日	曜日	献立	主な食材	おやつ	日	曜日	献立	主な食材	おやつ
4	土	カレーうどん ごぼうさらだ フルーツ	牛肉 人参 玉葱 ジャガイモ うどん ごぼう 人参 胡瓜 ツナ コーン みかん	お菓子	18	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	牛乳 人参 玉葱 しめじ 豆腐 人参 大根 ごぼう わかめ キャベツ りんご	お菓子
6	月	鶏のさっぱり煮 マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉 うすら卵 ハム マカロニ 人参 胡瓜 コーン 豆腐 もやし 大根 わかめ 南瓜 ほうれん草	牛乳 お菓子	20	月	カレイの中華あんかけ 卵豆腐 豚汁	カレイ かにかま 玉葱 葱 豆腐 卵 椎茸 葱 ツナ 豚肉 人参 さつまいも ごぼう うす揚げ 大根 わかめ	牛乳 お菓子
7	火	カレイの照り焼き 柳川風 七草スープ	カレイ 牛肉 ごぼう 糸こんにゃく 玉葱 人参 葱 卵 豚挽肉 七草セット 大根 人参 椎茸 しらす干し	牛乳 チーズケーキ	21	火	ちゃんぽん麺 ロールサラダ フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 白菜 もやし もやし ハム きゅうり 人参 コーン 胡瓜 りんご	牛乳 マッシュポテトの パソレイング
8	水	パン グラタン ささみサラダ カレースープ	ワッサンデニッシュ 鶏肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン マカロニ ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし ウイパー 人参 玉葱 ジャガイモ なすび うす揚げ	牛乳 お菓子	22	水	しゃんぱんぱん 春雨サラダ コンソメスープ	合挽肉 れんこん 玉葱 ツナ 春雨 人参 胡瓜 コーン 玉葱 ウイパー 人参 なすび 大根 チゲン菜 南瓜	牛乳 お菓子
9	木	肉団子 五目大豆 わかめスープ	豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ツナ 大豆 人参 玉葱 こんにゃく いんげん コーン わかめ 人参 大根 チンゲン菜 絹厚揚げ もやし	牛乳 マッシュマロサンド	23	木	パン 鶏のチキッ煮 ひじきのかわり煮 カレースープ	ミソロール 鶏肉 マッシュルーム 玉葱 人参 グリル コーン なすび ひじき ツナ 人参 玉葱 イグサ 大根 南瓜 人参 玉葱 うす揚げ チンゲン菜 ジャガイモ	牛乳 おやき
10	金	カレーチャーハン キッシュ コンソメスープ フルーツ	豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 玉葱 ベーコン ブロッコリー えりんぎ 卵 大根 人参 玉葱 南瓜 ほうれん草 えのき パナナ	クロレラ カレーケーキ	24	金	たらのアネズ焼き 肉じゃが 味噌汁	たら 玉葱 しめじ コーン 牛肉 玉葱 人参 ジャガイモ 糸こんにゃく 葱 豆腐 人参 もやし わかめ 大根 白菜	クロレラ カレーパン
11	土	麻婆豆腐丼 清汁 フルーツ	豚挽肉 豆腐 人参 玉葱 葱 わかめ 人参 うす揚げ もやし 大根 さつまいも りんご	お菓子	25	土	味噌ラーメン 牛肉とごぼうの炒め物 フルーツ	焼豚 中華麺 もやし 玉葱 葱 人参 牛肉 ごぼう 人参 れんこん 糸こんにゃく みかん	お菓子
14	火	鯖の葱焼 ほうれん草の炒り煮 味噌汁	鯖 白葱 ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれん草 卵 大根 人参 なすび 豆腐 玉葱 うす揚げ わかめ	牛乳 豆腐団子	27	月	鶏のパン粉焼き 白菜と厚揚げの煮物 コーンチャウダー	鶏肉 ほたて 絹厚揚げ 白菜 人参 葱 ウイパー 人参 玉葱 南瓜 クリームコーン	牛乳 お菓子
15	水	もち米焼売 人参の白和え 大根スープ	豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 大根 わかめ 白菜 南瓜 もやし 絹厚揚げ	牛乳 お菓子	28	火	鮭の味噌シク煮 ひじきのドレッシング和え 清汁	鮭 人参 ジャガイモ いんげん ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン 豆腐 うす揚げ わかめ しめじ 人参 大根	牛乳 ホットケーキ
16	木	パン 鮭のかわり焼き 大豆カレー コーンチャウダー	クリームカスタード 鮭 玉葱 合挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン ウイパー 人参 玉葱 マッシュルーム しめじ 南瓜 クリームコーン	牛乳 焼おにぎり	29	水	焼コロッケ かつおの炒り煮豆 コンソメスープ	豚挽肉 さつまいも ジャガイモ 玉葱 かつお 大豆 人参 玉葱 コーン いんげん 南瓜 チンゲン菜 人参 なすび わかめ ごぼう	牛乳 刀切焼き
17	金	鶏のおろし煮 きのこパゲティ マッシュポテト ココナススープ	鶏肉 大根 葱 ウイパー しめじ マッシュルーム 玉葱 コーン スパゲティ ジャガイモ 大根 なすび 人参 玉葱 南瓜 白菜	ジョア ミニパン	30	木	ローストチキン 揚げ高野豆腐の 中華あん わかめスープ	鶏肉 玉葱 豚挽肉 高野豆腐 人参 玉葱 筍 葱 わかめ 大根 人参 チンゲン菜 ジャガイモ しめじ	牛乳 エッグパイ
					31	金	ブリの立田揚げ ゴマソース チゲン菜の炒め物 味噌汁	ブリ 白葱 ほたて 人参 玉葱 ちくわ チゲン菜 筍 うす揚げ 豆腐 人参 わかめ 南瓜 えのき 白菜	クロレラ お菓子



野菜切り

次の日の給食の野菜を切る。必ず包丁1本に職員1人はつく



夕間しよくはおにきりご

