

1月の献立

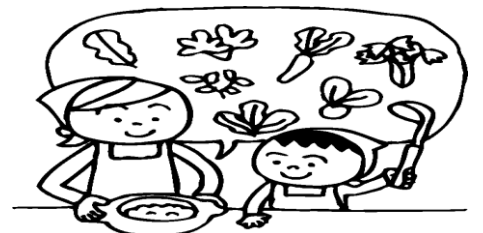
持子保育園

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	月	鶏の照り焼き 大豆カレー 味噌汁	鶏肉 合挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん 豆腐 人参 ジャガ芋 ちんげん菜 わかめ なすび	牛乳 お菓子	18	月	カレイの磯部揚げ 春雨サラダ 味噌汁	カレイ 青海苔 ハム 春雨 胡瓜 コーン 人参 玉葱 豆腐 わかめ 南瓜 もやし 玉葱 色板	牛乳 お菓子
5	火	カレイのパン粉焼き ほうれん草の炒り煮 わかめスープ	カレイ しらす干 人参 ほうれん草 うすあげ コーン しめじ 豚肉 わかめ 大根 南瓜 玉葱 ごぼう	牛乳 707ツツ	19	火	もち米シュウマイ 人参の白和え わかめスープ	豚挽肉 椎茸 玉葱 筍 もち米 人参 蓮根 コーン いんげん 豆腐 わかめ 大根 絹厚揚げ もやし ちんげん菜 竹輪	牛乳 天使のパンケーキ
6	水	カレーうどん 高野豆腐卵とし フルーツ	牛肉 うどん 人参 玉葱 じゃが芋 うすあげ 葱 鶏挽肉 高野豆腐 人参 いんげん しめじ 卵 みかん	牛乳 ビスコッティ	20	水	ブリの照り焼き 牛肉とごぼうの炒め物 清汁	ブリ 牛肉 ごぼう 人参 コーン いんげん 豆腐 人参 南瓜 ちくわ 玉葱 わかめ	牛乳 ほっとく
7	木	ハンバーグ マカロニサラダ 七草スープ	合挽肉 玉葱 しめじ マッシュルーム ハム マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 豚挽肉 大根 人参 玉葱 七草セット うすあげ	牛乳 ウイナーマフィン	21	木	パン グラタン キッシュ カレースープ	ワッサンデニッシュ マカロニ ツナ 鶏挽肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン ハム 卵 しめじ チーズ 人参 豚肉 人参 玉葱 ちんげん菜 じゃが芋 南瓜	牛乳 お好み焼き
8	金	鮭のから揚げ中華ソース ささみサラダ 清汁	鮭 人参 玉葱 しめじ 葱 鶏ささみ 人参 玉葱 胡瓜 コーン 豆腐 わかめ 色板 ちんげん菜 南瓜 ごぼう	クロレラ お菓子	22	金	肉じゃが ひじき豆腐 味噌汁	牛肉 ジャガ芋 人参 玉葱 いんげん 糸こんにゃく 鶏挽肉 ひじき コーン 人参 うす揚げ 豆腐 わかめ もやし ちんげん菜 胡瓜 ごぼう 南瓜	クロレラ お菓子
9	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	鶏肉 人参 玉葱 葱 卵 豆腐 わかめ もやし なすび 大根 りんご	お菓子	23	土	味噌ラーメン ごぼうサラダ フルーツ	中華麺 焼き豚 人参 玉葱 葱 ハム ごぼう 人参 コーン いんげん みかん	お菓子
12	火	パン 鶏のケチャップ煮 ほうれん草のソテー コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 鶏肉 人参 マッシュルーム 玉葱 いんげん コーン しめじ ツナ ほうれん草 人参 コーン 卵 ウイナー 人参 玉葱 クリーム 南瓜 なすび	牛乳 芋っち団子	25	月	パン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ コーンチャウダー	ミネラルロール 鶏肉 ハム ブロッコリー 卵 玉葱 コーン 人参 玉葱 ジャガ芋 マッシュルーム ウイナー クリーム	牛乳 焼きおにぎり
13	水	鱈の竜田揚げ和風ソース 鶏肉と豆腐の煮物 味噌汁	鱈 玉葱 胡瓜 鶏挽肉 玉葱 豆腐 人参 しめじ 葱 うす揚げ 人参 もやし ほうれん草 わかめ 大根	牛乳 曇パン	26	火	酢鶏 ビーフン 中華スープ	鶏肉 人参 玉葱 筍 ピーマン ほたて 人参 玉葱 ビーフン 葱 しめじ キャベツ わかめ 南瓜 豆腐 椎茸 玉葱	牛乳 お菓子
14	木	つくね焼き ひじきのかわり煮 清汁	鶏挽肉 玉葱 筍 ツナ ひじき 人参 玉葱 コーン いんげん 大豆 豆腐 南瓜 大根 なすび わかめ ちんげん菜	牛乳 お菓子	27	水	ブリの葱ソース もやしサラダ 清汁	ブリ 白葱 ハム 胡瓜 コーン 人参 キャベツ もやし うす揚げ 豆腐 玉葱 さつま芋 わかめ ごぼう	牛乳 チーズクッキー
15	金	餃子 ポテトサラダ かき玉スープ	豚挽肉 玉葱 キャベツ たら 餃子の皮 ハム ジャガ芋 胡瓜 人参 コーン 卵 大根 わかめ ちんげん菜 うす揚げ ちくわ	ジョア カスタードデニッシュ	28	木	チャーハン 大根サラダ コンソメスープ フルーツ	焼き豚 しらす干し 人参 コーン しめじ マッシュルーム 玉葱 ほたて 大根 人参 胡瓜 じゃが芋 白菜 わかめ えのき 豆腐 なすび バナナ	牛乳 アップルパイ
16	土	ハヤシライス コンソメスープ フルーツ	牛肉 マッシュルーム 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ 人参 玉葱 パーコン りんご	お菓子	29	金	鮭の南蛮風 切り干し大根サラダ 味噌汁	鮭 もやし 葱 切り干し大根 人参 ツナ 胡瓜 コーン 豆腐 うす揚げ わかめ 人参 大根	クロレラ お菓子
					30	土	中華丼 かき玉スープ フルーツ	豚肉 筍 椎茸 人参 白菜 わかめ 豆腐 南瓜 大根 卵 りんご	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



夕間しよくはおにぎりです