

1月給食予定献立表

アレルギー表示

■小麦 ●卵 ▲乳

日曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ Oさいのみ		PMおやつ ★は手作りおやつ	
		主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
4 土	豚 丼 胡麻ブロッコリー 味噌汁	豚肉 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ブロッコリー 玉ねぎ・わかめ	砂糖・米(国産) 砂糖・白ごま	だし・■醤油・本みりん 塩・■醤油 だし			ビスケット(たべっ子BABY) 牛乳	■たべっ子ベイビービスケット ▲牛乳
6 月	ホークハヤシライス マカロニサラダ デザート(りんごゼリー)	豚肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参	油・米(国産) ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) りんごゼリー	■ハヤシルワ 塩	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	せんべい(量たべよ) 牛乳	■聖せんべい ▲牛乳
7 火	麦入りごはん サハのみぞれあん さつま芋の旨煮 ブロッコリーのごま和え 味噌汁	さば 豆腐・赤みそ	大根おろし ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油・砂糖・でん粉 さつま芋 白ごま・砂糖	塩・だし・料理酒・■醤油 ■醤油・本みりん・だし ■醤油・だし だし	マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	七草粥★ お茶	米(国産)・七草 だし・■醤油・塩 麦茶
8 水	ごはん 豚肉のおかか炒め ●春雨の酢の物 味噌汁 フルーツ(バナナ)	豚肉・かつお節 ■●▲ハム 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり 小松菜・人参 バナナ	米(国産) 油・砂糖 緑豆春雨・砂糖	■醤油・本みりん・料理酒 だし・■酢・■醤油 だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	●キャロットマドレーヌ★ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・▲バター ●卵・砂糖・人参 ▲牛乳
9 木	ヒビンハチ キャベツのサラダ 味噌汁	豚ひき肉・大豆たんぱく 豆腐・赤みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	油・米(国産) マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・■焼肉のたれ だし	ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	黒糖お麩ラスク★ 牛乳	■おつゆ・▲バター 黒砂糖 ▲牛乳
10 金	麦入りごはん 鶏肉の塩こうじ揚げ 大根と厚揚げの煮物 味噌汁	鶏肉 生揚げ 赤みそ	にんにく・しょうが 大根・人参・さやいんげん かぼちゃ・白菜	米(国産)・押麦 ■小麦粉・でん粉・油 砂糖 ■おつゆ	塩こうじ だし・■醤油・料理酒・本みりん だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	ウインナーとコーンのマヨネーズパン★ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・ウインナー・コーン ▲牛乳
11 土	のっぺいうどん 白菜の和え物 フルーツ(バナナ)	鶏肉	大根・干しいたけ・青ねぎ 白菜・チンゲン菜・人参 バナナ	■うどん・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			ミニアスハラガス 牛乳	■アスハラガスビスケット ▲牛乳
14 火	ごはん 鶏肉のハーベキューソース焼 ポテトサラダ ●たまごスープ	鶏肉 ●卵	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ・ほうれん草	米(国産) 油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・トマトケチャップ・■こんかつソース・■醤油・料理酒 塩 コンソメ	マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	2色ゼリー★ 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳
15 水	わかめごはん 油淋鶏(ユウリンチー) ナムル 中華スープ デザート(ももゼリー)	鶏肉 豆腐	わかめご飯の素 青ねぎ 太もやし・小松菜・人参 白菜・玉ねぎ・干しいたけ	米(国産) 油・砂糖 白ごま・砂糖・ごま油 ももゼリー	料理酒・■醤油・■酢 ■醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	お誕生会ケーキ(ココア)★ 牛乳	■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 油・■こんかつソース・あおさのり・かつお節 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳
16 木	ごはん 豚肉と野菜の甘酢炒め 花野菜サラダ 味噌汁	豚肉 赤みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ カリフラワー・ブロッコリー・コーン 人参・青ねぎ	米(国産) 油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋	料理酒・塩・■酢・■醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ だし	ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	ソフトせんべい 牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳
17 金	麦入りごはん 鶏肉のねぎ焼 コーンとキャベツのサラダ さつま揚げと小松菜のソテー 味噌汁	鶏肉 平天 生揚げ・赤みそ	青ねぎ コーン・キャベツ・きゅうり 小松菜・人参・玉ねぎ わかめ	米(国産)・押麦 砂糖・油 砂糖・油 油 じゃが芋	■醤油・本みりん ■酢・塩 コンソメ だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	抹茶もちもち豆腐マフィン★ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・抹茶 砂糖・豆腐 ▲牛乳
18 土	中華丼 シューマイ フルーツ(バナナ)	豚肉 ■しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ バナナ	油・でん粉・米(国産)	鶏がらスープ・■醤油・塩・料理酒			クラッカー(ルヴァン) 牛乳	■クラッカー ▲牛乳
20 月	お弁当の日					ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	せんべい(雷の雷) 牛乳	■/▲せんべい(雷の雷) ▲牛乳
21 火	ごはん 赤魚の塩こうじ焼 小松菜の和え物 かぼちゃの旨煮 味噌汁	赤魚 油揚げ・赤みそ	小松菜・白菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・人参	米(国産) 油 砂糖 砂糖	塩こうじ ■醤油・だし だし・■醤油・本みりん だし	マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	きなこクッキー★ 牛乳	■ホットケーキミックス・きな粉・砂糖 ▲バター・▲牛乳 ▲牛乳
22 水	ごはん ●五目卵 大豆といりごまがらめ(0.1さいは大豆のみ) 味噌汁	●卵 大豆・いりご 赤みそ	玉ねぎ・人参・干しいたけ・さやいんげん 玉ねぎ	米(国産) 油・砂糖 でん粉・油・白ごま・砂糖 さつま芋・■おつゆ	■醤油・本みりん・だし ■醤油・本みりん だし	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	クラッカージャムサンド★ 牛乳	■クラッカー いちごジャム ▲牛乳
23 木	麦入りごはん 吉野煮 ちくわの磯辺揚げ 味噌汁	豚肉・生揚げ ■ちくわ 赤みそ	大根・人参・ごぼう・干しいたけ・さやいんげん あおさのり 人参・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・でん粉 ■小麦粉・油 じゃが芋	だし・■醤油・料理酒 だし	ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	しらす入りお好み焼き★ 牛乳	■お好み焼き粉・しらす・キャベツ・人参 油・■こんかつソース・あおさのり・かつお節 ▲牛乳
24 金	大根の和風カレー つるつる甘酢和え フルーツ(バナナ)	豚肉・■鶏レバー煮込み	大根・玉ねぎ・人参・まいたけ・えのきたけ 人参・ほうれん草 バナナ	米(国産)・油 マロニー・ごま油・砂糖	だし・■/▲カレールウ ■酢・■醤油	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	水ようかん★ 牛乳	寒天・こしあん 塩 ▲牛乳
25 土	イタリアンスパゲティ コーンサラダ スープ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・キャベツ・きゅうり・人参 白菜・チンゲン菜・しめじ	■スパゲティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・トマトケチャップ コンソメ			やわらかおかき 牛乳	やわらかおかき(のり塩味) ▲牛乳
27 月	ごはん 鶏肉の味噌焼 チンゲン菜のおかか和え すまし汁	鶏肉・赤みそ かつお節	チンゲン菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参・わかめ	米(国産) 砂糖・油 砂糖	本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・塩	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	たべるいりこ★ 0.1さいはビスコのみ ビスコ 牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■/▲ビスコ ▲牛乳
28 火	ロールパン ポテトマカロニグラタン 野菜サラダ 冬野菜ポトフ	鶏肉・■▲ホワイトソース・▲牛乳・▲ミックスチーズ ウインナー	玉ねぎ・人参 キャベツ・赤パプリカ・コーン 大根・人参・ブロッコリー・玉ねぎ	■/▲ロールパン ■マカロニ・じゃが芋・油・■パン粉 油・砂糖	塩 ■酢・■醤油 コンソメ	マンナビスケット お茶	■/▲マンナビスケット 麦茶	ビスケット(シガーフライ) 牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
29 水	ごはん 鶏肉 蒸しかぼちゃ 中華スープ フルーツ(パイナップル)	■鶏レバー煮込み・豚肉・赤みそ 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・にんにく かぼちゃ 人参・干しいたけ パイナップル	米(国産) 油・砂糖	料理酒・■醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイ お茶	野菜ハイハイ 麦茶	あずきスコーン★ 牛乳	■ホットケーキミックス・▲バター ▲牛乳・粒あん ▲牛乳
30 木	麦入りごはん 白身魚の揚げ煮 チンゲン菜の納豆和え 豚汁	ホキ 納豆 豚肉・赤みそ	チンゲン菜・白菜・人参 玉ねぎ・人参・ごぼう・青ねぎ	米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 さつま芋	だし・料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ウエハース お茶	■/▲マンナウエハース 麦茶	きなこマカロニ★ 牛乳	■マカロニ・油・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
31 金	ごはん 肉豆腐 小松菜のツナ和え 味噌汁	豚肉・焼豆腐 まぐろフレーク 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ 小松菜・キャベツ・人参 大根・かぼちゃ	米(国産) 砂糖 砂糖	だし・本みりん・料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ハイハイ お茶	ハイハイ 麦茶	黒糖蒸しパン★ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖 ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。