



1月 献立表



R6. 12.20

日	献立	材 料	ちゅうりっぷ組 おやつ	
			10時	午後3時
6(月) 20(月)	カレーライス 牛乳 ひじきのサラダ スティックチーズ	米 麦 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリンピース 油 にんにく カレー粉 カレールウ ケチャップ ソース ひじき 砂糖 醤油 ツナ きゅうり コーン ごま ごま油 酢 スティックチーズ 牛乳	ウエハース	丸ボーロ
7(火) 21(火)	麦ごはん 味噌汁 揚げ魚の香味ソース 野菜の塩昆布和え 牛乳	米 麦 煮干し 味噌 豆腐 しめじ ほうれん草 人参 白身魚 油 砂糖 醤油 生姜 にんにく ネギ ごま 酒 きゅうり キャベツ 塩昆布 牛乳	鈴カステラ	牛乳 マーブル蒸しパン
9(木) 22(水)	どさんこラーメン 野菜の中華和え 焼き芋 牛乳	中華麺 豚肉 生姜 にんにく 油 キャベツ 人参 もやし コーン ねぎ 味噌 バター 醤油 鶏がら 豚骨スープ きゅうり 大根 ごま油 ごま さつまいも 牛乳	ビスケット	牛乳 パウンドケーキ
10(金) 23(木)	麦ごはん 野菜スープ 鶏肉の照り焼き 粉ふきいも 牛乳	米 麦 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ ベーコン 鶏肉 にんにく 生姜 砂糖 醤油 みりん 油 じゃがいも 塩 パセリ 牛乳	かりんとう	牛乳 ミニドーナツ
14(火) 24(金)	麦ご飯 すまし汁 ポークケチャップ ほうれん草のツナサラ ダ 牛乳	米 麦 煮干し 醤油 塩 豆腐 えのきだけ 人参 わかめ 豚肉 玉ねぎ 油 ケチャップ ソース みりん ほうれん草 ツナ コーン 砂糖 醤油 ごま 牛乳	クラッカー	牛乳 バウムクーヘン
15(水) 27(月)	麦ごはん かきたま汁 鶏肉のレモン和え 添え野菜 牛乳	米 麦 煮干し 醤油 塩 卵 ほうれん草 豆腐 鶏肉 片栗粉 油 砂糖 醤油 レモン汁 酢 みりん 人参 ブロッコリー 牛乳	クッキー	牛乳 黒棒
16(木) 28(火)	中華丼 味噌汁 果物 牛乳	米 麦 豚肉 ちくわ 人参 椎茸 白菜 玉ねぎ たけのこ ねぎ 砂糖 醤油 ごま油 片栗粉 鶏がら 煮干し 味噌 油揚げ わかめ 人参 えのきだけ パナナ 牛乳	かりんとう	牛乳 ミニパン
17(金) 31(金)	コッペパン 17日いちごジャム 31日チョコ大豆 コーンシチュー きゃべきやべサラダ 牛乳	コッペパン いちごジャム チョコ大豆 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも コーン シチューの素 キャベツ 砂糖 酢 みかん缶 塩 こしょう 牛乳	ちよぼちよぼ	牛乳 おにぎり
29(水)	麦ご飯 すまし汁 魚の塩焼き 白和え 牛乳	米 麦 煮干し 醤油 塩 玉ねぎ 人参 わかめ しめじ ねぎ 鯖 塩 豆腐 ほうれん草 味噌 ごま 砂糖 牛乳	あられ	牛乳 クッキー
4(土) 18(土)	麦ごはん 味噌汁 魚のフライ 添え野菜 牛乳	米 麦 煮干し 味噌 玉ねぎ 人参 豆腐 わかめ 白身魚 小麦粉 パン粉 油 ソース ブロッコリー 牛乳	牛乳 ビスコ	お菓子
11(土) 25(土)	麦ごはん 味噌汁 ポークシュウマイ 添え野菜 牛乳	米 麦 煮干し 味噌 豆腐 人参 しめじ 玉ねぎ ねぎ 豚肉 小麦粉 片栗粉 砂糖 生姜 塩 醤油 酢 キャベツ ごま油 ごま 牛乳	牛乳 ビスコ	お菓子

☆30日(木)は、フルーツランド(もちつき)で全園児お弁当になります。年少・年中・
年長さんはあべかわもち、ちゅうりっぷさんは、きなこのおはぎにさせていただきます。