

2024年度1月 予定献立表

ののかぜ保育園

	15.29日(月)	16.30日(火)	17.31日(水)	4.18日(木)	5.19日(金)	6.20日(土)
昼食	ごはん 米 40	ごはん 米 40	マーボー飯 米 45 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 豆腐 30 玉ねぎ 20 人参 10 ねぎ 2 にら 2 醤油、砂糖、味噌 片栗粉、だし	ハヤシライス 米 50 豚肉 30 玉ねぎ 30 人参 15 じゃがいも 15 醤油、片栗粉 砂糖、味噌、塩	五目ごはん 米 40 たけのこ 5 干し椎茸 1 にんじん 10 油揚げ 3 糸こんにゃく 3 だし、醤油、塩	あんかけ丼 米 50 豚肉 35 キャベツ 20 玉ねぎ 10 にんじん 7 醤油、塩、片栗粉 だし
	ねぎみそ焼き 鶏もも肉 50 ねぎ 2 みそ、砂糖、醤油 片栗粉、油	かれいみそれあんかけ かれい 35 大根 15 醤油、砂糖、だし 米粉、油	なます 大根 15 人参 8 酢、砂糖、塩	コールスロー キャベツ 20 にんじん 5 コーン 3 マヨドレ 酢、砂糖、塩	鮭の磯辺焼き 鮭 35 青のり 醤油、米粉、油	オープン焼き じゃがいも 30 油、塩
	ひじきサラダ ひじき 1 春菊 5 にんじん 10 コーン 5 ツナ 3 マヨドレ、醤油	おかかあえ ブロッコリー 20 人参 5 鰹節 醤油、塩、だし	スープ キャベツ 5 人参 5 玉ねぎ 5 じゃがいも 5 だし、醤油、塩	かぶのポタージュ かぶ 20 玉ねぎ 15 まいたけ 7 ベーコン 2 豆乳 10 だし、塩、米粉	黒豆 黒豆 3 砂糖、醤油	スープ 大根 10 にんじん 1 わかめ 1 醤油、塩
	ずまし汁 わかめ 1 なめこ 5 かぶ 5 みそ、だし	なめたけ えのき 10 醤油、砂糖、だし 酢	春雨スープ 白菜 10 しめじ 2 春雨 1 にんじん 5 だし、醤油、塩 片栗粉	豚汁 玉ねぎ 7 まいたけ 7 ベーコン 2 豆乳 10 だし、塩、米粉	豚汁 豚肉 5 大根 10 にんじん 7 ごぼう 3 長芋 7 ねぎ 2 みそ、だし	
	よもぎ団子 上新粉 10 白玉粉 10 おから 10 よもぎ粉 0.1 砂糖 3 きなこ 2 砂糖 2 塩 果物 25 牛乳 100	さつまいもボール さつまいも 50 片栗粉 2 砂糖 2.5 油 3	かぼちゃ蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 BP 0.9 豆乳 20 かぼちゃ 10 レーズン 1 油 0.5	ココアいろいろ 上新粉 15 片栗粉 5 白玉粉 4 砂糖 5 ココア 0.5 水 23	七草がゆ(5日) 米 30 七草 2 大根 5 だし汁、醤油、塩 五平餅(19日) 米 30 さといも 10 味噌、砂糖、ごま	やきいも さつまいも 60
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100

	22日(月)	9.23日(火)	10.24日(水)	11.25日(木)	12.26日(金)	13.27日(土)
昼食	カレーうどん 米麺 20 豚肉 20 玉ねぎ 15 にんじん 7 油揚げ 2 しめじ 5 ねぎ 3 だし、カレー粉 醤油、砂糖 片栗粉	ゆかりごはん 米 40 ゆかり ホイル焼き たら 35 えのき 3 しめじ 3 玉ねぎ 3 醤油、だし、塩	ごはん 米 40 のりから揚げ 鶏もも肉 50 青のり 醤油、塩、米粉、油 納豆和え 納豆 10 キャベツ 20 にんじん 5 醤油、だし	ごはん 米 40 チャプチェ 豚肉 35 春雨 3 玉ねぎ 20 にんじん 7 しいたけ 3 もやし 5 ほうれん草 3 ごま油、醤油、砂糖 ごま	わかめごはん 米 40 わかめご飯の素 鯖のごま焼き さわら 35 ごま 醤油、砂糖、片栗粉 油、だし 煮しめ れんこん 15 にんじん 15 鶏もも肉 7 こんにゃく 5 干し椎茸 1 醤油、だし、砂糖	塩おにぎり 米 45 塩 から揚げ とりもも肉 35 しょうが 醤油、だし、米粉 油
	炊き込みおにぎり 米 30 ツナ 2 にんじん 10 醤油、塩、だし	ナムル ほうれん草 20 切干大根 1 人参 5 醤油、塩、ごま油	たたきごぼう ごぼう 20 すりごま、酢 醤油、砂糖、だし	オープン焼き じゃがいも 30 青のり 油、塩	すまし汁 ほうれん草 5 えのき 5 豆腐 7 醤油、だし	ごまあえ ブロッコリー 20 にんじん 5 ごま、砂糖 醤油
	ごま和え 小松菜 15 にんじん 5 もやし 8 鰹節、醤油	のっぺい汁 鶏もも肉 7 里芋 10 大根 10 人参 8 しいたけ 3 大根菜 2 だし、醤油、塩	味噌汁 玉ねぎ 5 小松菜 2 さつまいも 7 みそ、だし	わかめスープ わかめ 1 まいたけ 5 ねぎ 2 だし、醤油、塩		味噌汁 なめこ 5 大根 10 ねぎ 2 だし、みそ
	ココアクッキー じゃがいも 30 米粉 12 BP 0.3 砂糖 4 油 4 ココア 0.5	焼きおにぎり 米 30 醤油、油	コーン蒸しパン 米粉 20 コーンクリーム 7 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25 塩	ぜんざい(11日) もち 10 小豆、砂糖、塩 かぼちゃもち(25日) かぼちゃ 10 米粉 15 砂糖 4 油 0.2 きなこ	ホットビスケット 大豆粉 3 片栗粉 3 米粉 14 砂糖 4 BP 0.8 油 4 塩	ココアおしパン 米粉 20 ココア 1 砂糖 3 BP 1 油 0.5 豆乳 25
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。