

2020年 1月 献立表

第23頁(木)

希望の家 カリック保育園

日	月	火	水	木	金	土
	27	14・28	15・29	16・30	17・31	4・18
献立	★ピビンパ ★タンクッ	ごはん 豚肉の生姜焼き うの花 ♡さつま芋のみそ汁	ごはん ♡フリの照り焼き ♡紅白なます・黒豆 ♡びが芋の清汁	ごはん ゆかり鶏天 ♡白菜と菊菜ののり巻き ♡カブのスープ	ごはん じゃこ納豆ごはん ♪♪♪ ♪♪♪ ♡豆乳みそ鍋	カレーピラフ わかめの清汁
材料	米 鶏ミンチ・豆もやし (ほうれん草 人参・のり 米酢・さとう・塩 しょうゆ・サラダ油 牛肉・大根 いたけ・豆腐 スルメイカ 酒・みりん・しょうゆ だし(昆布・削り節)	米・押麦 豚肉・玉ねぎ 土生薬・しょうゆ さとう・酒・サラダ油 おから・人参 油あげ・しめじ 青ねぎ 酒・みりん・しょうゆ さつま芋 水菜 みそ・だし(昆布・煮干)	米 ブロッコリー しょうゆ・酒・みりん 大根・金時人参 米酢・しょうゆ・さとう 黒豆 さとう・しょうゆ・塩 びが芋 わかめ しょうゆ だし(昆布・削り節)	米 鶏肉・ゆかり 小麦粉・サラダ油 白菜・菊菜 かたもやし のり しょうゆ・さとう カブ 豆腐 鶏ガラ 塩	米 ちりめんじゃこ 納豆・しょうゆ チンゲン菜 きざむぎ・えのき かつお節 しょうゆ・さとう 鶏肉・白菜・大根 南瓜・アロココリー 春雨 春雨 豆乳・みそ だし(昆布・煮干)	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参・グリーンピース カレー粉 ケチアップ・ソース サラダ油 わかめ しょうゆ だし(昆布・削り節)
おやつ	★シロップ 牛乳 上新粉・白玉粉 砂糖・納豆 さとう・塩	かき良布 菓子 スキムミルク	うどん・きなこ 牛乳 うどん・豚ミンチ にら・きざむぎ 片くり粉・塩 しょうゆ	マカロニきな粉 牛乳 マカロニ きな粉 さとう	17日 防災食(菓子) 牛乳 31日 菓子 りんご 牛乳	菓子
献立	ごはん ♡お煮しめ ♡お煮しめ ♡水菜のみそ汁	ごはん 魚骨のみそ煮 ちくわきんぴら 大根の清汁	ごはん ♡お煮しめ ♡白菜と豚肉の煮物 ♡白みそ汁	パン 豆腐のオーロラソース グラタン ♡ポトフ	ごはん 鶏肉のガーリックソテー ♡ほうれん草のおかか和え ♡ゆり根とゆばの清汁	たぬきうどん バナナ
材料	米 鶏肉 こんにゃく・れんこん いたけ・大根 人参・里芋 しょうゆ・みりん・酒 さとう・だし(削り節) 煮干し・水あめ しょうゆ・みりん・さとう 水菜・豆腐 みそ だし(昆布・煮干)	米 魚骨 みそ・酒・みりん しょうゆ・土生薬 ちくわ・れんこん ごぼう・いんげん しょうゆ・さとう みりん・酒 サラダ油 大根・油あげ しょうゆ だし(昆布・削り節)	米・押麦 豚肉・白菜 小松菜・かたもやし しめじ しょうゆ・酒・みりん だし(削り節) 里芋・大根 金時人参 みよげ・白みそ だし(昆布・煮干)	フランスパン 豆腐・玉ねぎ 長芋・ウインナー ケチアップ マヨネーズ 塩・サラダ油 鶏肉 びが芋・人参 カリフラワー 鶏ガラ・ローリエ 塩	米・ちりめんじゃこ 鶏肉・豆腐 きざむぎ (こんにゃく・しょうゆ・塩) ほうれん草・えのき かたもやし・かつお節 しょうゆ・さとう ゆり根・ゆば みよげ しょうゆ だし(昆布・削り節)	うどん 油あげ 玉ねぎ 人参 しょうゆ・酒 みりん 片くり粉 だし(昆布・削り節) バナナ
おやつ	焼き芋 スキムミルク さつま芋	7日 七草粥・牛乳 米・香の七草・塩 21日 にゃんめん・牛乳 そうめん・天かす しょうゆ・みりん だし(昆布・削り節)	りんごゼリー 牛乳 りんごジュース 粉寒天 さとう	9日 わかめあにざり 牛乳 米・わかめ・塩 23日 きつねあにざり 牛乳 米・油あげ・しょうゆ	みかん 菓子 牛乳	菓子

☆: 多文化メニュー

♡: 旬の食材

仕入の都合により献立が変更になる場合があります。

ご了承ください