

2022年度1月献立表

幼児弁当日19日(木)
希望の家 カトリック保育園

日	16・30(月)	17・31(火)	4・18(水)	5・19(木)	6・20(金)	7・21(土)
昼食	パン 鶏の山賊焼き チーズ カブのスープ	ごはん ブりの竜田揚げ 紅白なます・黒豆 厚あげのみそ汁	ツナ缶カレー 白菜のスープ	ごはん 豚肉とカブの甘辛炒め ひじき煮 わかめのみそ汁	★ピビンパ けんちん汁	かやくうどん チーズ バナナ
材料	フランスパン	米、押麦	米 ツナ缶 玉ねぎ、人参 じゃが芋、大豆水煮 カレー粉、カレールウ ソース、コンスタチ	米、ちりめんじゃこ 豚肉、カブ 玉ねぎ、小松菜 しめじ しょうゆ、酒 みりん、さとう ごま油	米 牛ミンチ 人参 ほうれん草、豆もやし しょうゆ、さとう、塩 米粉、ごま油	うどん 鶏肉 しいたけ 小松菜 玉ねぎ、油あげ わかめ、ちりめんじゃこ しょうゆ、みりん、酒 だし(昆布、削り節)
	鶏肉 にんにく 土生薬 しょうゆ、ごま油	ぶり 土生薬 酒、しょうゆ、みりん 片くり粉、サラダ油	白菜 えのき みょうご しょうゆ 塩 だし(昆布、削り節)	ひじき、人参 レンコン、いんげん 油あげ しょうゆ、みりん、酒 だし(削り節)	木綿豆腐 大根、ごぼう こんにゃく、しいたけ 青ねぎ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)	バナナ
	スライスチーズ	金時人参、大根 米酢、さとう、しょうゆ、塩	厚あげ、じゃが芋 玉ねぎ、水菜 みそ だし(昆布、煮干し)	わかめ、豆苗 みそ、だし(昆布、煮干し)		スライスチーズ
	カブ ブロッコリー 白菜 南瓜 ウイナー 鶏ガラ ローリエ、塩	黒豆、しょうゆ、さとう、塩				
おやつ	じゃこ昆布チャーハン 牛乳 米、ちりめんじゃこ 塩昆布	焼ビーフン 牛乳 ビーフン、豚ミンチ 玉ねぎ、人参 しょうゆ、塩 サラダ油	昆布 菓子 スキムミルク スキムミルク ミロ さとう	コーンパンケーキ 牛乳 小麦粉 クリームスタイルコーン さとう、ゼラチンパウダー 豆乳、サラダ油	6日 七草粥、牛乳 米、春の七草、塩 20日 乳児：クッパ、牛乳 幼児：トック 米、トック 鶏ミンチ、みょうご しょうゆ、みりん、酒 だし(削り節)	菓子
23(月)	10・24(火)	11・25(水)	12・26(木)	13・27(金)	14・28(土)	
昼食	ごはん 鶏肉と高野豆腐のすき煮 粕汁	ごはん 麻婆もやし 春雨スープ	ごはん 鯖の塩焼き きゃべつの中巻和え 白みそ汁	ごはん 牛肉と切干大根の炒め煮 南瓜のみそ汁	麦ごはん お煮しめ ごまめ たらのみぞれ汁	カレー 小松菜のすまし汁
材料	米、ちりめんじゃこ 鶏肉、高野豆腐 白菜、人参 ごぼう、菜の花 しいたけ、白ねぎ しょうゆ、みりん 酒、さとう だし(削り節)	米 豚ミンチ、鶏レバー 大もやし、玉ねぎ ニラ、人参、じゃが芋 赤みそ、しょうゆ さとう、土生薬 ごま油、片くり粉	米 鯖、塩、酒 きゃべつ きゅうり、白菜 ひじき しょうゆ、さとう、ごま油	米 牛肉 切干大根 小松菜、人参 きゃべつ 油あげ しょうゆ、酒、みりん だし(削り節)、サラダ油	米、押麦 鶏肉 金時人参、ごぼう レンコン、こんにゃく しいたけ、えび芽 厚あげ しょうゆ、みりん、さとう だし(削り節)	米 ちりめんじゃこ 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン カレー粉、カレールウ ソース、さとう サラダ油
	大根、さつま芋 油あげ、ちくわ 青ねぎ みそ、酒粕 だし(昆布、削り節)	春雨 ちんげん菜 鶏ガラ 白ねぎ、土生薬 しょうゆ 塩	里芋 金時人参 大根 ほうれん草 白みそ だし(昆布、削り節)	南瓜 玉ねぎ 青ねぎ みそ だし(昆布、煮干し)	煮干し、水あめ しょうゆ、さとう、みりん たら、大根、みょうご しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)	小松菜 油あげ しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)
おやつ	手作り南瓜パン 牛乳 中か粉、南瓜フレーク 塩、さとう ドライースト オリーブオイル	みかん 菓子 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳 ぶどうジュース アガー さとう	するめ 菓子 スキムミルク スキムミルク ココア さとう	うどんぎょうざ 牛乳 うどん、豚ミンチ きゃべつ、ニラ 片くり粉 しょうゆ、塩 サラダ油	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