

2019年1月

給食献立表

東かなまち保育園

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
4 18 金	わかめ麦ごはん ・三平汁 高野豆腐の八目煮	米、さつまいも、押麦、三温糖、油	牛乳、卵、さけ、えび、凍り豆腐、脱脂粉乳、ホイップクリーム、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、かぶ、グリーンピース、万能ねぎ、干しいたけ	昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 ビスケット 牛乳 さつまいもホイップ
5 19 土	スパゲティ・ミートソース ・ひじきのサラダ	スパゲティ、米、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、油	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、さけ水煮缶詰、チーズ、ツナ油漬缶、粉チーズ、バター	たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、ピーマン、ひじき、レモン果汁	ケチャップ、酢、しょうゆ(うすくち)、ウスターソース、コンソメ、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳100 ウェハース 牛乳 鮭とチーズのおにぎり
7 21 月	麦ごはん ・さつまいもみそ汁 鶏肉のさっぱり煮	米、さつまいも、押麦、三温糖	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、うずら卵水煮缶、米みそ(甘みそ)、麦みそ、油揚げ、いわし(煮干し)	にんじん、だいこん、たまねぎ、はくさい、ほうれんそう、エリンギ、しょうが、いんげん、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、酢、食塩	牛乳100 みかん 牛乳 変わり粥
8 22 火	バターロール ・キャベツとコーンの豆乳スープ ウインナーのオムレット ブロッコリー	ロールパン、ホットケーキ粉、じゃがいも、油	卵、調製豆乳、ウインナー、牛乳、無塩バター	たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、干しぶどう、パセリ	鳥がらだし汁、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 小魚せんべい 麦茶 レーズンスコーン
9 23 水	麦ごはん ・のっぺい汁 豆腐ハンバーグきのこソース サラダ菜	米、さといも、白玉粉、板こんにゃく、小麦粉、押麦、三温糖、油、植物油(揚げ吸油分)、パン粉、片栗粉	鶏ひき肉、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付き)、卵、いわし(煮干し)、脱脂粉乳、粉チーズ	たまねぎ、だいこん、にんじん、しいたけ、ごぼう、まいたけ、えのきたけ、サラダ菜、万能ねぎ	煮干だし汁、しょうゆ、食塩、酒、みりん、こしょう	牛乳100 パイン缶 麦茶 ポンデケーキ
10 24 木	麦ごはん ・わかめスープ(えのきたけ) 厚揚げとキャベツの回鍋肉 小松菜ともやしのナムル	米、三温糖、やまといも、上新粉、押麦、ごま油、油	牛乳、生揚げ、豚肉(こま)、卵、米みそ(赤色辛みそ)、ごま	こまつな、もやし、キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、コーン缶、塩蔵わかめ、万能ねぎ	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 棒チーズ 牛乳 卵黄入りかるかん
11 25 金	麦ごはん ・野菜スープ さばのごまマヨネーズ焼き 大根サラダ	米、焼きそばめん、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、小麦粉、ごま油、油、三温糖	牛乳、さば、ハム、豚肉(肩)、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、すりごま	キャベツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、しめじ、えのきたけ、セロリー、ピーマン、パセリ	鳥がらだし汁、ウスターソース、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 伊予柑 牛乳 焼きそば
12 26 土	春雨スープ(えのきたけ) ・ビビンバ丼	米、もち、押麦、三温糖、はるさめ、ごま油、油、砂糖、さつまいも	ゆであずき缶、豚ひき肉、鶏ひき肉、ごま、赤みそ	もやし、にんじん、ほうれんそう、チンゲンサイ、えのきたけ、塩蔵わかめ、ねぎ、しょうが、にんにく	鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、酒	牛乳100 バナナ 麦茶 ぜんざい
28 月	麦ごはん チンゲン菜のミルクスープ 肉団子の甘酢煮	食パン、米、押麦、片栗粉、植物油(揚げ吸油分)、パン粉、三温糖、油	鶏ひき肉、牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ベーコン	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、しめじ、コーン缶、いんげん、しょうが	鳥がらだし汁、本みりん、しょうゆ、ケチャップ、酢、カレールウ、食塩、中華だし、の素、こしょう	牛乳100 もも缶 麦茶 カレーサンド
15 29 火	バターロール ・鶏肉と南瓜のクリームシチュー ブロッコリーのサラダ	ロールパン、米、マヨネーズ、油、三温糖	調製豆乳、牛乳、鶏むね肉(皮付き)、ハム、ごま	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、セロリー	鳥がらだし汁、食塩、酢	牛乳100 みかん 豆乳 わかめごまおにぎり
16 30 水	麦ごはん ・シャッキリみそ汁 牛肉の柳川煮	米、ホットケーキ粉、しらたき、三温糖、押麦、油	牛乳、卵、牛肉(肩)、調製豆乳、バター、米みそ(赤色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)	にんじん、もやし、かぼちゃ、たまねぎ、ごぼう、だいこん、かいわれだいこん、万能ねぎ	煮干だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 バナナ 牛乳 ふわふわかぼちゃケーキ
17 31 木	ひじきの御飯 ・清汁(かまぼこ・わかめ) 魚のいかだ揚げ サラダ菜	米、小麦粉、植物油(揚げ吸油分)、三温糖、油、砂糖、片栗粉	牛乳、かじき、かまぼこ、卵、鶏もも肉、無塩バター、油揚げ、ごま	えのきたけ、たまねぎ、いんげん、にんじん、サラダ菜、グリーンピース、塩蔵わかめ、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳100 パイン缶 牛乳 型抜きクッキー

※都合により献立を変更する場合があります。

※完了期食の主食は、押麦なしの白米になります。

※4日の八目煮は鶏肉が入りません。5日のスパゲティミートソースはツナと野菜のスパゲティに変更します。

24日の3時おやつは誕生日ケーキと麦茶に変更します。