



1月献立表



令和3年12月21日

甲ノ原保育園

曜日	日付	未満児 おやつ	給食	おやつ	主材料
火	4	りんご ジュース	塩ラーメン 大根とツナの煮物 ヨーグルト	スコーン	中華麺・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参 にんにく・しょうが・ごま油・大根・ツナ・いんげん ホットケーキMIX・バター・練乳・牛乳
	18		スパゲティ・ナポリタン パリパリサラダ 白菜のスープ バナナ	豆乳	スパゲティ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ウインナー レタス・トマト・きゅうり・コーン・しゅうまいの皮 白菜・ベーコン・ホットケーキMIX バター・練乳・牛乳
水	5	豆乳	カレーうどん さつまいものホットサラダ みかん	チョコチップ カップケーキ	うどん・鶏肉・人参・玉ねぎ・ねぎ・カレー粉・米粉 バター・さつまいも・チーズ・きゅうり・コーン マヨドレ・ホットケーキMIX・チョコレート・牛乳
	19		ごはん かじきのねぎ照り焼き 小松菜のカレーマヨ和え 野菜たっぷりチキンスープ・いよかん	野菜ジュース	精白米・胚芽米・かじき・ねぎ・しょうが・ごま 小松菜・人参・ベーコン・マヨドレ・コーン カレー粉・玉ねぎ・水菜・じゃがいも・えのき・鶏肉 ホットケーキMIX・バター・チョコレート・牛乳
木	6	野菜 ジュース	焼き肉丼 春雨サラダ もやしと厚揚げのみそ汁 みかん	ツナカレーパン 牛乳	精白米・胚芽米・豚肉・にんにく・しょうが・人参 玉ねぎ・春雨・きゅうり・わかめ・ベーコン・コーン もやし・厚揚げ・ショートロール・ツナ・マヨドレ カレー粉・パセリ
	20		お雑煮 わかめおにぎり たくあん・みかん	カレーリゾット 麦茶	精白米・もち米・鶏肉・大根・人参・水菜 白菜・ねぎ・胚芽米・炊き込みわかめ 豚肉・カレー粉・玉ねぎ・牛乳
金	7 21	牛乳	メープルパン 小エビのサラダ かぶと鶏肉のシチュー ヨーグルト	七草がゆ (7日) 小松菜の チャーハン (21日) 麦茶	ショートロール・マーガリン・メープルシロップ レタス・きゅうり・人参・えび・ベーコン・マヨドレ・みそ 鶏肉・かぶ・白菜・玉ねぎ・バター・米粉・牛乳 精白米・胚芽米・七草 小松菜・しょうが (21日)
土	8 22	りんご ジュース	肉うどん ポテトサラダ ヨーグルト	にんじんごはん 麦茶	うどん・豚肉・ねぎ・玉ねぎ・人参・しいたけ 油揚げ・じゃがいも・きゅうり・ベーコン・コーン マヨドレ・牛乳・精白米・胚芽米・バター・パセリ
月	24	オレンジ ジュース	納豆そぼろ丼 ひじきの煮物 キャベツと玉ねぎのみそ汁 いよかん	バナナトースト 牛乳	精白米・胚芽米・納豆・オリーブ油・鶏肉 しょうが・ほうれん草・ひじき・いんげん・人参 油揚げ・キャベツ・玉ねぎ 食パン・メープルシロップ・バナナ
火	11 25	牛乳	ごはん 豆腐入りつくね ほうれん草とツナの和え物 水菜とえのきのみそ汁・バナナ	きなこクッキー りんごジュース	精白米・胚芽米・鶏肉・豆腐・しいたけ・ねぎ ひじき・たけのこ・ほうれん草・もやし・ツナ えのき・水菜・ホットケーキMIX・バター 練乳・きなこ・牛乳
水	12 26	りんご ジュース	ごはん ぶり大根 白菜のお浸し 豚汁・みかん	ベーコン ポテトパイ 豆乳	精白米・胚芽米・大根・ぶり・小松菜 白菜・人参・ちくわ・豚肉・ねぎ こんにゃく・豆腐・餃子の皮 じゃがいも・ベーコン・玉ねぎ
木	13	★☆☆お誕生日会☆☆★ ☆☆干支ランチ☆☆★			
	27	オレンジ ジュース	ごはん 鶏肉のクリームチーズ焼き じゃがいものそぼろ煮 野菜たっぷりみそ汁・オレンジ	フルーツ ヨーグルト 麦茶	精白米・胚芽米・鶏肉・チーズ・マヨドレ・牛乳 じゃがいも・しょうが・キャベツ・玉ねぎ・人参 ヨーグルト・もも缶・みかん缶・バナナ コーンフレーク
金	14 28	豆乳	豚肉オイマヨサンド ゆでキャベツとコーンのサラダ トマトとウインナーのスープ ヨーグルト	塩昆布焼きそば 麦茶	ショートロール・豚肉・レタス・マヨドレ・オイスターソース キャベツ・もやし・コーン・ベーコン・ウインナー トマト・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ホールトマト・パセリ 中華麺・ピーマン・塩昆布
土	15 29	オレンジ ジュース	あんかけラーメン ごぼうサラダ ヨーグルト	さつまいもごはん 麦茶	中華麺・豚肉・しめじ・もやし・人参・白菜・しょうが ごぼう・じゃがいも・ベーコン・マヨドレ・シロップ・牛乳 精白米・胚芽米・さつまいも・炊き込みわかめ
月	17 31	オレンジ ジュース	ごはん 鮭の竜田揚げ ほうれん草ときのこのりマヨ和え 豆腐のみそ汁・オレンジ	ココアカップケーキ 牛乳	精白米・胚芽米・鮭・片栗粉・ほうれん草 人参・ベーコン・コーン・えのき・マヨドレ・のり・ごま油 豆腐・玉ねぎ・わかめ ホットケーキMIX・バター・ココア

給食室
から

・エネルギー kcal ・たんぱく質 g ・脂質 g

今月は、13日がお誕生日会の為別献立になります。今月のお弁当箱ランチは 日です。
 材料の仕入れ都合により献立を変更する場合があります。
 1ヶ月2サイクルの献立にし、初回の喫食状況を見て、次回の調理法を検討し、工夫しています。
 0・1歳児クラスには、エビの提供はありません。

