

# 2020年度 1月予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ	
4日 (月)	<b>お弁当日</b>			牛乳 市販菓子 チーズ	20日 (水)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、納豆、ごま、しょうゆ	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも、塩、ピザチーズ、 片栗粉、油
						鱈の野菜あんかけ	鱈、にんじん、たまねぎ、みずな、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、かつお昆布だし	
						れんこんサラダ	れんこん、にんじん、きゅうり、ごま、マヨネーズ、しょうゆ	
						みそ汁	ほうれんそう、さといも、うすあげ、だいこん、みそ、かつお昆布だし	
5日 (火)	カレーライス	米、牛もも肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、しめじ、りんご、ルウ	牛乳 市販菓子 チーズ	21日 (木)	ピビン丼	米、牛ミンチ、たまご、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、みりん、ごま油、塩	牛乳 じゃこおにぎり 米、ちりめんじゃこ、ごま、 塩	
	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、トマト、コーン缶、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油			春雨サラダ	はるさめ、にんじん、きゅうり、もやし、しょうゆ、砂糖、ごま油		
	チーズ	チーズ			中華風スープ	わかめ、はくさい、にんじん、ごま、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩		
	ゼリー	ゼリー			ゼリー	ゼリー		
6日 (水)	きつねうどん	うどん、うすあげ、わかめ、ほうれんそう、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩	牛乳 五平餅 米、みそ、砂糖、みりん	22日 (金)	ごはん	米	牛乳 マシュマロクラッカー マシュマロ、クラッカー	
	ひじきの煮物	大豆、ひじき、にんじん、こんにゃく、鶏もも肉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖			おでん	だいこん、ちくわ、こんにゃく、厚揚げ、鶏もも肉、じゃがいも、たまご、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん		
	粉ふきいも	じゃがいも、塩			ほうれんそうのお浸し	ほうれんそう、はくさい、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、みりん		
	ゼリー	ゼリー			みそ汁	キャベツ、わかめ、えのき、たまねぎ、みそ、かつお昆布だし		
7日 (木)	ごはん	米	牛乳 七草かゆ/佃煮 米、七草、塩、昆布、 かつおぶし、しょうゆ、 みりん、砂糖	23日 (土)	チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩	牛乳 市販菓子 チーズ	
	筑前煮	鶏もも肉、にんじん、ごぼう、れんこん、干し椎茸、こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒			きゅうりのサラダ	きゅうり、酢、砂糖、塩、油		
	紅白なます/煮豆	だいこん、にんじん、酢、砂糖、塩、/金時豆、砂糖			中華風スープ	もやし、わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、塩		
	ずまし汁	絹ごし豆腐、巻きたまご、みそ、わかめ、ゆず(幼児のみ)、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			ゼリー	ゼリー		
8日 (金)	ごはん/手作りふりかけ	米、かつおぶし、昆布、しょうゆ、みりん	牛乳 みだらし団子 白玉粉、しょうゆ、みりん、 砂糖、片栗粉 ※乳児はきなこおはぎ	25日 (月)	ごはん	米	牛乳 手作りパン 小麦粉、牛乳、砂糖、塩、 ドライイースト、バター、 チーズ、コーン缶	
	鮭のねぎソースかけ	鮭、青ねぎ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、油			コロック	じゃがいも、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、塩、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ウスターソース		
	白和え	ほうれん草、にんじん、糸こんにゃく、しいたけ、木綿豆腐、みそ、砂糖、しょうゆ、ごま			大根サラダ	だいこん、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、塩、油		
	みそ汁	はくさい、うすあげ、わかめ、えのき、みそ、かつお昆布だし			みそ汁	キャベツ、わかめ、うすあげ、ほうれんそう、かつお昆布だし、みそ		
9日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	26日 (火)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、納豆、ごま、しょうゆ	牛乳 りんごケーキ ホットケーキミックス、 牛乳、りんご、 砂糖	
	キャベツのサラダ	キャベツ、酢、砂糖、塩、油			鱈の塩焼き	鱈(乳児は鱈)、塩、しょうゆ		
	和風スープ	たまねぎ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、塩			こまつなの煮びたし	こまつな、うすあげ、えのき、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん		
					みそ汁	はくさい、絹ごし豆腐、じゃがいも、わかめ、焼きたまご、みそ、かつお昆布だし		
11日 (月)	<b>成人の日</b>			牛乳 マカロニグラタン キャベツとりんごのサラダ 和風スープ ゼリー	27日 (水)	食パン	食パン	牛乳 白玉ぜんざい 白玉粉、小豆、砂糖 ※乳児はきなこおはぎ
						マカロニグラタン	マカロニ、鶏もも肉、たまねぎ、ほうれんそう、コンソメ、小麦粉、牛乳、バター、パン粉、ピザチーズ、パセリ粉	
						キャベツとりんごのサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、りんご、レーズン、酢、砂糖、塩、油	
						和風スープ	たまねぎ、カリフラワー、えのき、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩	
12日 (火)	ごはん/手作りふりかけ	米、昆布、かつおぶし、ごま、しょうゆ、みりん、砂糖	牛乳 焼おにぎり 米、しょうゆ、みりん	28日 (木)	カレーうどん	うどん、鶏もも肉、うすあげ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、カレー粉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩、片栗粉	牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、塩、油	
	鱈の味噌煮	鱈(乳児は鱈)、生姜、しょうゆ、みそ、砂糖、みりん、砂糖			れんこんきんぴら	れんこん、にんじん、糸こんにゃく、いんげん、しょうゆ、みりん、砂糖		
	きゅうりとわかめの酢の物	きゅうり、わかめ、ちりめんじゃこ、酢、砂糖、塩			さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖		
	のっぺい汁	さといも、にんじん、だいこん、ごぼう、こんにゃく、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ			みかん	みかん		
13日 (水)	炊き込みごはん	米、鶏もも肉、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒	牛乳 コロコロラスク 食パン、砂糖、バター	29日 (金)	ハンバーグサンド	ロールパン、合挽きミンチ、たまねぎ、チーズ、きゅうり、パン粉、牛乳、ケチャップ	牛乳 誕生日ケーキ 小麦粉、牛乳、砂糖、たまご、 油、生クリーム、いちご、 青りんご	
	揚げだし豆腐のみぞれあんかけ	木綿豆腐、だいこん、れんこん、かぼちゃ、生姜、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、油			フライドポテト	じゃがいも、油、塩		
	ブロッコリーのごま酢和え	ブロッコリー、にんじん、ごま、酢、砂糖、しょうゆ			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、にんじん、きゅうり、ミニトマト、コーン缶、マヨネーズ		
	みそ汁	えのき、はくさい、わかめ、たまねぎ、みそ、かつお昆布だし			クリームスープ	はくさい、かぶ、にんじん、たまねぎ、牛乳、バター、小麦粉、コンソメ、パセリ粉		
14日 (木)	味噌ラーメン	中華麺、鶏もも肉、キャベツ、もやし、コーン缶、ねぎ、生姜、しょうゆ、みそ、酒、かつお昆布だし	牛乳 きな粉ドーナツ ホットケーキミックス、 絹ごし豆腐、きな粉、 砂糖、油	30日 (土)	牛丼	米、牛もも肉、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖		
	かぶとだいこんのサラダ	かぶ、だいこん、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、塩、油			きゅうりのごま酢あえ	きゅうり、ごま、酢、砂糖、塩		
	いりこ	いりこ			みそ汁	わかめ、絹ごし豆腐、ねぎ、かつお昆布だし、みそ		
	ゼリー	ゼリー						
15日 (金)	おにぎり	米、うすあげ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、味付けのり	牛乳 ミニわかめうどん うどん、わかめ、うすあげ、 かつお昆布だし、しょうゆ、 みりん、酒、塩	29日 (金)	ハンバーグサンド	ロールパン、合挽きミンチ、たまねぎ、チーズ、きゅうり、パン粉、牛乳、ケチャップ	牛乳 誕生日ケーキ 小麦粉、牛乳、砂糖、たまご、 油、生クリーム、いちご、 青りんご	
	稲汁	鮭、だいこん、にんじん、うすあげ、ねぎ、こんにゃく、かつお昆布だし、みそ、酒粕			フライドポテト	じゃがいも、油、塩		
	みかん	みかん			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、にんじん、きゅうり、ミニトマト、コーン缶、マヨネーズ		
					クリームスープ	はくさい、かぶ、にんじん、たまねぎ、牛乳、バター、小麦粉、コンソメ、パセリ粉		
16日 (土)	中華丼	米、豚もも肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	29日 (金)	ハンバーグサンド	ロールパン、合挽きミンチ、たまねぎ、チーズ、きゅうり、パン粉、牛乳、ケチャップ	牛乳 誕生日ケーキ 小麦粉、牛乳、砂糖、たまご、 油、生クリーム、いちご、 青りんご	
	キャベツのごま和え	キャベツ、ごま、しょうゆ、砂糖			フライドポテト	じゃがいも、油、塩		
	中華風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、にんじん、きゅうり、ミニトマト、コーン缶、マヨネーズ		
					クリームスープ	はくさい、かぶ、にんじん、たまねぎ、牛乳、バター、小麦粉、コンソメ、パセリ粉		
18日 (月)	ごはん	米	牛乳 お好み焼き 小麦粉、キャベツ、豚バラ肉、 やまいも、たまご、かつおぶし、 お好みソース、青のり	30日 (土)	牛丼	米、牛もも肉、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖		
	鶏肉の磯部揚げ	鶏むね肉、小麦粉、ベーキングパウダー、青のり、しょうゆ、酒、油			きゅうりのごま酢あえ	きゅうり、ごま、酢、砂糖、塩		
	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、きゅうり、かつおぶし、しょうゆ、砂糖			みそ汁	わかめ、絹ごし豆腐、ねぎ、かつお昆布だし、みそ		
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、うすあげ、ほうれんそう、えのき、みそ、かつお昆布だし						
19日 (火)	もち(O、1歳児はごはん)	もち、きな粉、小豆、砂糖、しょうゆ	牛乳 揚げパン ロールパン、きな粉、 砂糖、油	30日 (土)	牛丼	米、牛もも肉、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖		
	白菜とにんじんの和え物	はくさい、にんじん、うすあげ、ちりめんじゃこ、しょうゆ、砂糖			きゅうりのごま酢あえ	きゅうり、ごま、酢、砂糖、塩		
	雑煮	鶏もも肉、だいこん、にんじん、こんにゃく、はくさい、絹ごし豆腐、しょうゆ、かつお昆布だし、塩			みそ汁	わかめ、絹ごし豆腐、ねぎ、かつお昆布だし、みそ		
	みかん	みかん						
おもちつき								

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。  
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりょうりの部屋：河田・廣田より