

ゆめっこ保育園 献立予定表 2017年1月度

園長印 _____ 主任印 _____

日	(水) 4	(木) 5	(金) 6	(土) 7	(火) 10	(水) 11	(木) 12	(金) 13	(土) 14	(月) 16	(火) 17	(水) 18	(木) 19	(金) 20
屋	ごはん 五分付米 鶏肉のみそチーズ焼き とりもも肉 味噌 みりん チーズ ブロッコリー塩ゆで ブロッコリー 塩 人参の含め煮 人参 醤油 みりん かぼちゃの含め煮 かぼちゃ みりん 醤油 味噌汁 玉ねぎ キャベツ 味噌	ごはん 五分付米 松風焼き 鶏ひき肉 木綿豆腐 ねぎ 玉ねぎ 人参 片栗粉 味噌 しょうゆ みりん きぬさや ごま 紅白なます 大根 金時人参 酢 砂糖 塩 お雑煮 大根 人参 みつば もち 白みそ くりきんとん 甘菜 さつまいも 砂糖 塩	ごはん 五分付米 鮭のサクサク焼き 鮭 パン粉 塩 しょうゆ おひたし 小松菜 醤油 みりん じゃがいもの土佐煮 じゃがいも 醤油 みりん かたお節 味噌汁 砂糖 塩 お雑煮 大根 人参 みつば もち 白みそ くりきんとん 甘菜 さつまいも 砂糖 塩	ピピンパ井 五分付米 豚肉 にら 人参 もやし ほうれん草 にんにく 生姜 みりん 醤油 みりん 切干大根の含め煮 切干大根 人参 うす揚げ みりん 醤油 砂糖 ごま油 酢 味噌汁 かぼちゃ 玉ねぎ 味噌	ごはん 五分付米 鯖のみぞれかけ 鯖 塩 油 大根 大葉 醤油 みりん 切干大根 人参 うす揚げ みりん 醤油 砂糖 ごま油 酢 味噌汁 かぼちゃ 玉ねぎ 味噌	ごはん 五分付米 じゅうじゅう焼き 豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ 味噌 おひたし ほうれん草 人参 醤油 さつまいもの田舎煮 さつまいも 人参 みりん 醤油 みりん 味噌汁 玉ねぎ 大根 人参 味噌	豚汁(うどん) うどん 大根 白菜 人参 豚肉 うす揚げ ねぎ 味噌 おひたし ほうれん草 人参 醤油 さつまいも 人参 みりん 醤油 みりん 味噌汁 玉ねぎ 大根 人参 味噌	ごはん 五分付米 いわしのフライ いわし 塩 小麦粉 パン粉 油 ブロッコリー塩ゆで ブロッコリー 塩 さつまいもの田舎煮 さつまいも 人参 みりん 醤油 みりん 味噌汁 玉ねぎ 大根 人参 味噌	ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ケチャップ ソース トマトジュース みりん 醤油 サラダ レタス きゅうり 人参 酢 オリーブオイル スープ チンゲン菜 もやし みりん 醤油 塩	ごはん 五分付米 麻婆大根 合ミンチ 大根 玉ねぎ 人参 ピーマン オイスターソース ソース ケチャップ みりん 醤油 味噌 片栗粉 のり塩ナムル はくさい 高野豆腐 みりん 人参 もやし 焼きのり 醤油 大根 ごま油 スープ わかめ もやし みりん 醤油 みりん 塩	ごはん 五分付米 魚の照り焼き 白身魚 みりん 醤油 生姜 磯辺和え 小松菜 醤油 のり コロコロ煮 人参 じゃがいも 高野豆腐 みりん 人参 醤油 砂糖 味噌汁 玉ねぎ 大根 人参 味噌	赤飯 五分付米 もち米 小豆 塩 タンドリーチキン 鶏手羽元 ヨーグルト カレー粉 ケチャップ 塩 ブロッコリー塩ゆで ブロッコリー 塩 カリカラダ キャベツ 人参 大根 ちりめんじゃこ ごま油 味噌汁 豆腐 わかめ 味噌	ごはん 五分付米 牛肉と春菊のすき煮 牛肉 白菜 春菊 玉ねぎ 人参 焼豆腐 人参 えのき みりん のり ブロッコリー塩ゆで ブロッコリー 塩 かぼちゃの含め煮 かぼちゃ みりん 人参 醤油 かつを ごま油 味噌汁 玉ねぎ 大根 人参 味噌	ごはん 五分付米 ちゃんちゃん焼き 鮭 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ 味噌 みりん ごま油 醤油 ニラ納豆 納豆 ニラ 人参 醤油 かつを ごま油 味噌汁 うす揚げ わかめ 味噌
	お	芋かりんとう さつまいも 塩 油	ホットケーキ 小麦粉 油 ベーキングパウダー 砂糖 さつまいも 豆乳 人参 ココア	七草がゆ 七草 白米 塩	おたのしみ じゃが芋 片栗粉 バター 焼きのり 醤油	じゃがまるくん じゃが芋 片栗粉 バター 焼きのり 醤油	磯っこだんご 豆腐 だんご粉 もち粉 砂糖 たれ 砂糖 醤油 片栗粉 焼きのり	麩のラスク 焼き麩 バター 砂糖	よりより 小麦粉 砂糖 ごま油 塩	おたのしみ 小豆 もち 塩 砂糖	ぜんざい 小豆 もち 塩 砂糖	チーズフォカッチャ 薄力粉 強力粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 オリーブ油 粉チーズ チーズ	おたのしみクッキー 小麦粉 さつまいも 砂糖 豆乳 塩 ココア 抹茶	やきいも さつまいも
食	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳
総カロリー														
タンパク質														

あけましておめでとうございます。
5日にはおせち料理・7日には七草粥を作ります。
今年も安心・安全でおいしい給食を作っていきます。
と思っています。



※数字は、幼児の予定可食量です。
※乳児は、幼児の予定可食量×0.9として計算します
※ごはんは、五分付米です。
※12日はおもちつき大会です。
※18日はお誕生日会です。