

ゆめっこ保育園 献立予定表 2018年1月度

園長印	主任印	保護者サイン
-----	-----	--------

日	(木) 4	(金) 5	(土) 6	(火) 9	(水) 10	(木) 11	(金) 12	(土) 13	(月) 15	(火) 16	(水) 17	(木) 18	(金) 19	(土) 20	
屋	お弁当日														
食	ごはん 五分付米 鶏肉のみそ煮焼 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 ミニトマト ナムル ほうれん草 人参 もやし 醤油 ごま油 みそ汁 じゃがいも もやし みそ	ごはん 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 のり ごま じゃがいも土佐煮 人参 じゃがいも 醤油 ごま油 みそ汁 じゃがいも もやし みそ	ピピンパ井 五分付米 豚肉 人参 もやし ほうれん草 にんにく 生姜 みりん 醤油 のり ごま 煮しめ 人参 ごんにやく しいたけ れんこん きぬさや みりん 醤油 わかめ みそ	ごはん 五分付米 ぶりの照り焼き ぶり みりん 人参 もやし 玉ねぎ 醤油 大根 金時人参 酢 砂糖 塩 煮しめ 人参 ごんにやく しいたけ れんこん きぬさや みりん 醤油 大根 人参 みつば もち 白みそ	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 醤油 みりん オスターソース 春雨 人参 にんにく 生姜 酢 きゅうり わかめ ごま油 酢 醤油 みそ汁 キャベツ えのき みそ	ごはん 五分付米 鶏の照り焼き 鶏肉 しょうゆ みりん ねぎ ごぼう こんにやく みそ おひたし ほうれん草 春雨サラダ キャベツ 人参 醤油 おにぎり 五分付米 ふりかけ おもち (乳児はおにぎり がつきます)	ごはん 五分付米 鶏の照り焼き 鶏肉 しょうゆ みりん ねぎ ごぼう こんにやく みそ おひたし ほうれん草 春雨サラダ キャベツ 人参 醤油 おにぎり 五分付米 ふりかけ おもち (乳児はおにぎり がつきます)	豚汁 大根 白菜 人参 豚肉 しょうゆ ごぼう ねぎ こんにやく みそ おひたし ほうれん草 春雨サラダ キャベツ 人参 醤油 おにぎり 五分付米 ふりかけ おもち (乳児はおにぎり がつきます)	豚汁 大根 白菜 人参 豚肉 しょうゆ ごぼう ねぎ こんにやく みそ おひたし ほうれん草 春雨サラダ キャベツ 人参 醤油 おにぎり 五分付米 ふりかけ おもち (乳児はおにぎり がつきます)	ごはん 五分付米 肉じゃが 鮭 白菜 しめじ 人参 じゃが芋 しらたき いんげん みりん バター 牛乳 生クリーム 塩 ごしょう みりん 醤油 ツナ和え 小松菜 人参 大根 人参 みそ みそ汁 きゅうり ごま油 酢 醤油 みそ汁 じゃがいも わかめ みそ	ごはん 五分付米 鮭のクリーム煮 鮭 白菜 しめじ 人参 じゃがいも 片栗粉 バター 牛乳 生クリーム 塩 ごしょう みりん 醤油 ツナ和え 小松菜 人参 大根 人参 みそ みそ汁 きゅうり ごま油 酢 醤油 みそ汁 じゃがいも わかめ みそ	赤飯 五分付米 もち米 小豆 塩 ラザニア風 合ミンチ 玉ねぎ じゃがいも 片栗粉 人参 えのき はくさい トマト水煮 チーズ ケチャップ ソース トマトジュース 餃子の皮 ブロッコリーとカラフラワー のオーロラあえ プロッコリー カリフラワー マヨネーズ ケチャップ スープ チンゲン菜 コーン みりん 醤油 塩 みかん おたのしみ	鶏そぼろ井 五分付米 鶏ひき肉 小松菜 人参 玉ねぎ ごま油 片栗粉 しょうゆ 人参 小松菜 みりん 醤油 砂糖 みそ汁 玉ねぎ もち麩 みそ	ごはん 五分付米 さばのみそ煮 さば 醤油 みりん 砂糖 味噌 おかか和え 小松菜 かつおぶし しょうゆ 塩 切干大根の含め煮 切干大根 人参 小松菜 みりん 大根 ちりめんじゃこ 醤油 ごま油 スープ 玉ねぎ もやし みそ	炊き込みピラフ 五分付米 シーチキン 玉ねぎ 人参 コーン ケチャップ みりん 醤油 塩 キャベツのナムル キャベツ わかめ 人参 ごま油 ごま 醤油 みそ汁 玉ねぎ もやし みそ
お	五平もち 五分付米 みそ 砂糖 みりん ごま	おにまん 小麦粉 砂糖 さつまいも ベーキングパウダー	おたのしみ 人参 砂糖 塩	くりきんとん 甘栗 さつまいも 砂糖 塩	七草がゆ 七草 白米 塩	あげいも 小麦粉 片栗粉 砂糖 ベーキングパウダー じゃがいも 油	麩のラスク 焼き麩 バター 砂糖	おたのしみ 小豆 もち 塩 砂糖	ぜんざい 小豆 もち 塩 砂糖	じゃがまるくん じゃが芋 塩 片栗粉 バター 焼きのり 醤油	おたのしみ 人参 砂糖 塩	チーズポテト じゃがいも チーズ 塩 甘辛にぼし にぼし みりん 砂糖	えのきのからあげ えのき しょうゆ 片栗粉	おたのしみ 人参 砂糖 塩	
果物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
総カロリー	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	
タンパク質	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
日	(月) 22	(火) 23	(水) 24	(木) 25	(金) 26	(土) 27	(月) 29	(火) 30	(水) 31						
屋	白菜の豚井 五分付米 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 水菜のサラダ 水菜 人参 大根 うす揚げ 醤油 酢 ごま油 みそ汁 玉ねぎ わかめ みそ	ツナごはん 五分付米 ツナ 人参 しょうゆ みりん 塩 魚の竜田揚げ 魚 しょうゆ みりん 生姜 片栗粉 油 かぶ おひたし ほうれん草 しょうゆ もずく酢 もずく きゅうり もやし 酢 みそ汁 にんじん キャベツ みそ	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 焼き豆腐 人参 えのき みりん 醤油 砂糖 かぶツナサラダ かぶ かぶ葉 ツナ ひじき しょうゆ オリーブ油 塩 すまし汁 わかめ しょうゆ みりん 塩	ごはん 五分付米 豚肉のあつさり煮 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ しめじ しいたけ みりん ごま油 しお 生姜 根菜サラダ れんこん ごぼう 人参 マヨネーズ みそ汁 えのき 玉ねぎ みそ	ごはん 五分付米 ちゃんちゃん焼き 人参 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ 味噌 みりん ごま油 みりん 生姜 ひじきもやし もやし ひじき しょうゆ オリーブ油 塩 みそ汁 えのき 玉ねぎ みそ	ごはん 五分付米 ハヤシライス 牛肉 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 味噌 片栗粉 キャベツのナムル レタス きゅうり 人参 わかめ 焼きのり 醤油 酢 ごま油 みそ汁 えのき 玉ねぎ みそ	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 キャベツのナムル レタス きゅうり 人参 わかめ 焼きのり 醤油 酢 ごま油 みそ汁 えのき 玉ねぎ みそ	ごはん 五分付米 鮭と白菜の生姜鍋 鮭 白菜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 大根 人参 醤油 みりん 生姜 かぼちゃの含め煮 かぼちゃ 人参 しょうゆ	ごはん 五分付米 鶏のから揚げ 鶏もも肉 しょうゆ みりん 生姜 にんにく 片栗粉 油 ミニトマト ちよれぎサラダ レタス きゅうり 人参 わかめ 焼きのり ごま 醤油 酢 ごま油 みそ汁 えのき 玉ねぎ みそ	<div data-bbox="1944 1102 2418 1396" data-label="Text"> <p>あけましておめでとうございます。 9日にはおせち料理、10日には七草粥 をつくります。 今年も安心・安全でおいしい給食を 作っていきたくと思っています。 どうぞ よろしくおねがいします。</p> </div> <div data-bbox="2537 1176 2715 1354" data-label="Image"> </div>					
お	芋かりんとう さつまいも 塩 油	あべかわ餅 もち きな粉 砂糖 塩	やきいも さつまいも 塩	さんかく揚げ じゃがいも ツナ コーン 餃子の皮	チーズパン 強力粉 イースト バター 砂糖 チーズ	おたのしみ 人参 砂糖 塩	ぶっかけうどん 干めん 豚ひき肉 わかめ 小松菜 みりん 醤油 塩	ぱりぱりせんべい 小麦粉 砂糖 塩 白ごま 黒ごま	すいとん もち粉 塩 大根 白菜 人参 うす揚げ 味噌						
果物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
総カロリー	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	
タンパク質	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	

※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。  
※4日は、お弁当日です。  
※12日は、おもちつき大会をします。  
※17日は、お誕生日会です。

