

1月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

午前、午後に牛乳が付きます。ヨーグルト、牛乳を主とした献立のときは麦茶になります。

2017年度

午前食

午後食

4 18 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・人参ご飯 (米、麦、人参、白滝、白胡麻、胡麻油、砂糖、醤油) ・味噌汁 (玉葱、じゃが芋、わかめ、煮干し、味噌) ・鶏の照り焼き (鶏もも肉、にんにく、生姜、胡麻油、砂糖、醤油、塩、オイスターソース) ・キャベツとハムの和え物 <p>(キャベツ、人参、青菜、コーン、ハム、だし、塩、醤油、酒、みりん)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズ蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、プロセスチーズ、牛乳、なたね油、砂糖) ・人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油) ・果物
5 19 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ほうとう風うどん (乾麺、玉葱、長葱、人参、白菜、大根、南瓜、油揚げ、豚小間肉、なたね油、醤油、味噌、酒) ・車麩の煮揚げ (車麩、小麦粉、なたね油、砂糖、塩、醤油、酒) ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯お好み焼き (米、麦、人参、キャベツ、しらす、豚挽肉、小麦粉、だし、胡麻油、塩) ・かぶ酢 (かぶ、昆布、砂糖、塩、米酢) ・果物
6 20 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・クリームライス (6日) ・ブロッコリーサラダ ・ピラフ ・ナムル ・スープ (20日) 	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
22 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・納豆ご飯 (米、麦、人参、青菜、納豆、だし、醤油) ・味噌汁 (玉葱、じゃが芋、わかめ、煮干し、味噌) ・鶏肉の酢醤油煮 (玉葱、大根、隠元、じゃが芋、鶏もも肉、昆布、だし、なたね油、砂糖、醤油、米酢) ・ほうれん草の磯和え (ほうれん草、海苔、だし、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・アップルケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、りんご、卵、牛乳、なたね油、砂糖) ・かぶのゆかり和え (かぶ、ゆかり、塩) ・果物
9 23 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・野菜スープ (人参、キャベツ、しめじ、だし、塩) ・チリコンカン (玉葱、セロリ、トマト缶、にんにく、大福豆、ベーコン、豚挽肉、オリーブ油、塩、ケチャップ) ・マセドアンサラダ (人参、胡瓜、じゃが芋、塩、米酢、ノンエッグマヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・五目おにぎり (米、麦、人参、水煮筍、干し椎茸、鶏挽肉、だし、砂糖、塩、醤油、みりん) ・こんにやくの味噌和え (こんにやく、砂糖、味噌、酒、みりん) ・果物
10 24 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・すまし汁 (しめじ、わかめ、豆腐、だし、塩、醤油) ・魚の味噌焼き (魚、小葱、砂糖、味噌、みりん) ・炒めビーフン (人参、ニラ、豚挽肉、ビーフン、胡麻油、片栗粉、だし、塩、醤油、酒、オイスターソース) ・里芋の煮っころがし (里芋、だし、砂糖、醤油、酒、みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・さつま芋サンド (食パン、さつま芋、バター、砂糖、塩) ・酢ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油、米酢) ・果物
11 25 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (玉葱、じゃが芋、煮干し、味噌) ・鶏の唐揚げ (鶏もも肉、にんにく、生姜、小麦粉、なたね油、胡麻油、砂糖、塩、醤油、オイスターソース) ・ごぼうこんにやく煮 (ごぼう、干し椎茸、こんにやく、だし、砂糖、醤油、みりん) ・青菜のおかか和え (小松菜、人参、かつお節、だし、醤油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロックケーキ (小麦粉、B.P、ヨーグルト、バター、砂糖) ・大根の煮物 (大根、昆布、醤油、みりん) ・果物
12 26 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・スープスパゲッティ (スパゲッティ、玉葱、人参、ピーマン、セロリ、にんにく、マッシュルーム、ベーコン、鶏もも肉、バター、オリーブ油、小麦粉、だし、塩、醤油) ・ポテトのドライカレー焼き (じゃが芋、玉葱、豚挽肉、シュレッドチーズ、ケチャップ、ソース、カレー粉) ・ミニトマト 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭おにぎり (米、麦、鮭) ・ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、かつお節、だし、醤油) ・果物
13 27 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・スープ (13日) ・マカロニグラタン ・ブロッコリーコーンサラダ ・チキンライス ・野菜スープ (27日) ・小松菜サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・土曜献立
15 29 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス (玉葱、人参、にんにく、生姜、セロリ、南瓜、じゃが芋、鶏もも肉、小麦粉、バター、なたね油、だし、塩、カレー粉) ・ごぼうサラダ (ごぼう、赤ピーマン、胡瓜、ハム、白すり胡麻、塩、米酢、ノンエッグマヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・フレンチトースト (食パン、卵、牛乳、バター、砂糖) ・人参のドレッシング和え (人参、胡麻油、砂糖、醤油、米酢) ・果物
16 30 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・野菜スープ (玉葱、人参、キャベツ、マッシュルーム、なたね油、だし、塩、醤油) ・ジャーマンポテト (玉葱、じゃが芋、ベーコン、なたね油、塩、醤油) ・ブロッコリーサラダ (人参、ブロッコリー、コーン、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢) 	<ul style="list-style-type: none"> ・わかめおにぎり (米、麦、わかめ、白胡麻、塩) ・厚揚げの煮物 (厚揚げ、だし、砂糖、醤油) ・果物
17 31 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (玉葱、人参、小葱、煮干し、味噌) ・豆腐ハンバーグ (玉葱、干し椎茸、木綿豆腐、豚挽肉、卵、片栗粉、だし、砂糖、塩、醤油、みりん) ・ひじきの炒り煮 (人参、ひじき、油揚げ、鶏挽肉、煮干し、なたね油、砂糖、醤油、みりん) ・小松菜とツナの胡麻和え (小松菜、ツナ、白すり胡麻、醤油、ノンエッグマヨネーズ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・はちみつバターパン (食パン、はちみつ、バター) ・ミニトマト ・果物

※材料の都合により献立を変更することがありますのであらかじめご了承下さい。

※土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。

今月の旬の野菜

大根、ごぼう、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、ブロッコリー、カリフラワー

