

# 1月の献立表

阿佐谷保育園 1歳

毎食牛乳がつきます。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。

2018年度

午前食

午後食

4 18 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・焼きうどん (乾麺、玉葱、人参、キャベツ、もやし、豚小間肉、かつお節、なたね油、塩、醤油、酒、オイスターソース、ソース)</li> <li>・肉団子スープ (パン粉、玉葱、人参、筍、青梗菜、生姜、干し椎茸、豚挽肉、胡麻油、だし、塩、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・二色おはぎ (米、麦、きな粉、黒すり胡麻、砂糖、塩)</li> <li>・じゃが芋の磯揚げ (小麦粉、片栗粉、じゃが芋、青のり、なたね油、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
5 19 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クリームライス (5日)</li> <li>・胡瓜サラダ</li> <li>・ピラフ</li> <li>・スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> <li>・果物</li> </ul>
7 21 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・味噌汁 (大根、小葱、しめじ、煮干し、味噌)</li> <li>・鶏の照り焼き (鶏もも肉、醤油、みりん)</li> <li>・春雨のオイスターソース炒め (片栗粉、春雨、玉葱、筍、ピーマン、赤ピーマン、豚挽肉、胡麻油、だし、塩、醤油、オイスターソース)</li> <li>・南瓜の胡麻和え (南瓜、練り白胡麻、黒すり胡麻、だし、砂糖、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・胡麻クッキー (小麦粉、ベーキングパウダー、白胡麻、牛乳、バター、砂糖、塩)</li> <li>・大根のサワー漬 (大根、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> <li>・果物</li> </ul>
8 22 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ロールパン</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・クリームシチュー (小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、かぶ、鶏もも肉、牛乳、バター、なたね油、塩)</li> <li>・ブロッコリーコーンサラダ (ブロッコリー、コーン、ハム、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わかめおにぎり (米、麦、白胡麻、わかめ)</li> <li>・大学芋 (さつま芋、黒胡麻、はちみつ、なたね油、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
9 23 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・中華スープ (じゃが芋、わかめ、白すり胡麻、胡麻油、だし、塩、醤油)</li> <li>・麻婆豆腐 (片栗粉、人参、にんにく、生姜、ニラ、小葱、干し椎茸、豆腐、胡麻油、だし、醤油、味噌)</li> <li>・大根サラダ (大根、胡瓜、ツナ缶、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・はちみつバターパン (食パン、バター、はちみつ)</li> <li>・煮ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
10 24 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・味噌汁 (じゃが芋、長葱、わかめ、煮干し、味噌)</li> <li>・煮魚 (魚、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん)</li> <li>・ごぼうと人参の金平 (人参、ごぼう、白胡麻、胡麻油、砂糖、醤油、酒)</li> <li>・小松菜の煮浸し (小松菜、油揚げ、だし、砂糖、塩、醤油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ママレードケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、ママレード、砂糖、バター)</li> <li>・かぶのゆかり和え (かぶ、ゆかり、塩)</li> <li>・果物</li> </ul>
11 25 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・味噌煮込みうどん (乾麺、玉葱、人参、大根、南瓜、しめじ、小葱、豆腐、鶏もも肉、なたね油、だし、砂糖、塩、味噌)</li> <li>・さつま芋の天ぷら (小麦粉、さつま芋、なたね油、塩)</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンピラフおにぎり (米、麦、玉葱、人参、コーン、グリーンピース、鶏もも肉、なたね油、塩、ケチャップ)</li> <li>・人参の煮物 (人参、昆布、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>
12 26 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・野菜スープ</li> <li>・マカロニグラタン (12日)</li> <li>・ブロッコリーコーンサラダ</li> <li>・チキンライス</li> <li>・小松菜サラダ</li> <li>・野菜スープ (26日)</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土曜献立</li> </ul>
28 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス (米、麦、小麦粉、じゃが芋、玉葱、人参、セロリ、ピーマン、トマト缶、にんにく、生姜、豚もも肉、なたね油、バター、だし、塩、醤油、カレー粉)</li> <li>・春雨サラダ (春雨、胡瓜、ハム、昆布、胡麻油、砂糖、塩、醤油、米酢)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホットケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、バター、砂糖)</li> <li>・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)</li> <li>・果物</li> </ul>
15 29 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン</li> <li>・ミートローフ (パン粉、玉葱、豚挽肉、牛挽肉、牛乳、塩)</li> <li>・野菜スープ (人参、キャベツ、しめじ、青梗菜、なたね油、だし、塩、醤油)</li> <li>・ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、ハム、ノンエッグマヨネーズ、塩)</li> <li>・人参のグラッセ (人参、バター、砂糖)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・茶飯おにぎり (米、麦、わかめ、バター、醤油、酒)</li> <li>・こんにゃくの煮物 (こんにゃく、昆布、砂糖、醤油、酒)</li> <li>・果物</li> </ul>
16 30 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごぼうの炊き込みご飯 (米、麦、糸こんにゃく、人参、ごぼう、油揚げ、砂糖、醤油、酒)</li> <li>・味噌汁 (じゃが芋、しめじ、小葱、煮干し、味噌)</li> <li>・豆腐の小判揚げ (片栗粉、人参、小葱、干し椎茸、木綿豆腐、鶏挽肉、帆立缶、なたね油、塩、オイスターソース)</li> <li>・キャベツサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、塩、ノンエッグマヨネーズ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チョコクリームパン (食パン、小麦粉、ココア、牛乳、バター、砂糖)</li> <li>・酢ごぼう (ごぼう、煮干し、砂糖、醤油、米酢)</li> <li>・果物</li> </ul>
17 31 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚の照り焼き (魚、生姜、醤油、みりん)</li> <li>・豚汁 (こんにゃく、人参、長葱、大根、ごぼう、油揚げ、豆腐、豚挽肉、胡麻油、煮干し、味噌)</li> <li>・ほうれん草のおかか和え (ほうれん草、かつお節、だし、醤油)</li> <li>・揚げじゃが芋の味噌和え (じゃが芋、人参、鰹元、白すり胡麻、なたね油、砂糖、味噌、みりん)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バナナブレッド (小麦粉、ベーキングパウダー、バナナ、牛乳、バター、砂糖)</li> <li>・人参の煮物 (人参、だし、砂糖、醤油)</li> <li>・果物</li> </ul>

※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。

## 今月使用している旬の食材

キャベツ、ごぼう、小松菜、大根、白菜、ブロッコリー、ほうれん草、さくら、いちご、みかん