



1月 給食献立表 (鶴来第一幼稚園)



2019年

日	曜	献立	スプーン コップ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	(その他の食品)
8	火	年明けうどん ちくわの天ぷら だし巻き玉子 筑前煮 みかん ごはんいりません 		わかめ/ちくわ だし巻きたまご/鶏肉	うどん・花麩/小麦粉・油 里芋・砂糖	ねぎ・ごぼう・人参・糸蒟蒻 インゲン/みかん	だし・醤油・みりん
9	水	鶏の鍋照り焼き 具沢山のマカロニサラダ 白菜と若布のみそ汁 パイナップル みんな大好き メニュー 		鶏肉/ツナ缶/わかめ・みそ	片栗粉・砂糖・油/マカロニ マヨネーズ	胡瓜・コーン・キャベツ・人参 白菜・パイナップル	醤油・みりん・だし
10	木	和風麻婆豆腐 子持ちししやも お浸し 人参バナナケーキ マクロビオティックの日 		木綿豆腐・みりん・醤油・片栗粉・砂糖・油 ししやも・油 青菜・人参・白菜・花かつお・醤油・だし・人参・バナナ・豆乳・卵・マーガリン・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖			
11	金	お野菜たっぷりソース焼きそば ふかし芋 豆苗スープ 揚げ餅 オレンジ ごはんいりません 1/11は かがみ びらき 		豚肉/わかめ	焼きそば・油/さつまいも もち	人参・玉葱・キャベツ・もやし ピーマン・木耳/豆苗/オレンジ	塩・ソース・だし・醤油
15	火	三色丼 ひじきの炒め煮 里芋と若布のみそ汁 ブルーベリーケーキ どんぶりの日 		鶏肉・卵/ひじき・油揚げ わかめ・みそ	砂糖・油/里芋 ブルーベリージャム ケーキミックス	インゲン/人参・椎茸 グリーンピース	みりん・醤油・塩・だし
16	水	南瓜納豆 車麩のみそカツ 冬のけんちん汁 みかん 中華の日 		納豆/みそ/木綿豆腐	車麩・小麦粉・パン粉・油 砂糖・ごま油・すりごま	南瓜/大根・ごぼう・蓮根・人参 糸蒟蒻/みかん	醤油・みりん・だし
17	木	もちつき会 					
18	金	カレーライス キャンディチーズ コールスロー バナナキャラメルプリン カレーの日 		豚肉/キャンディチーズ キャラメルプリンの素・牛乳 ホイップクリーム	油・じゃが芋・カレーパウダー	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/バナナ	手作りドレッシング
21	月	鶏の甘辛焼き 五目昆布 貝割れとえのきのスープ パイナップル 1/20は「発芽野菜の日」でした。 19日は、「食育の日」でした。		鶏肉/糸切昆布・油揚げ	油・砂糖	人参・ごぼう・蓮根・インゲン かいわれだいこん・えのき パイナップル	醤油・みりん・だし
22	火	鯖の付け焼き 花かまぼこ 白菜のそぼろ煮 大根と油揚げのみそ汁 いよかん 和 メニュー 		さわら/かまぼこ 鶏肉/油揚げ・みそ	油・砂糖	白菜・人参・グリーンピース/大根 いよかん	醤油・みりん・だし
23	水	ウインナーと茸の和風スパゲティ フライドスイートポテト 食べる小魚(ごま含む) 乳酸菌飲料 ごはんいりません パスタの日 		ウインナー/食べる小魚 乳酸菌飲料	スパゲティ・油/さつまい芋	えのき・しめじ・椎茸・玉葱・青菜 人参	塩・こしょう・みりん・醤油
24	木	焼肉 三色ナムル 若布スープ ホイップonリンゴのケーキ みんな大好き メニュー 		豚肉/わかめ ホイップクリーム	油・砂糖/いりごま・ごま油 ケーキミックス	にんにく・しょうが・玉葱 赤パプリカ・ピーマン・もやし 人参・胡瓜・りんご	醤油・みりん・塩・こしょう だし
25	金	ロールパン クリームシチュー 白身魚フライ コーンサラダ オレンジ ごはんいりません パンの日 		鶏肉/牛乳/白身フライ	ロールパン/じゃが芋・油 シチュールウ	人参・玉葱・ブロッコリー/コーン キャベツ・オレンジ	手作りドレッシング
28	月	タラのコロコロ竜田揚げ 小松菜と油揚げの煮浸し 具沢山のみの汁 いよかん 薬膳料理 		白身魚/油揚げ・木綿豆腐 みそ	片栗粉・油/砂糖	しょうが/小松菜・白菜・人参 大根・椎茸・ねぎ・いよかん	醤油・みりん・だし
29	火	お野菜たっぷり尾道ラーメン さっぱり鶏のチャーシュー スチームドブロッコリー もみじ饅頭 ご当地グルメ 広島 ごはんいりません		豚肉/鶏肉	ラーメン/砂糖/もみじ饅頭	もやし・玉葱・人参・コーン・青菜 木耳/ブロッコリー	魚介だし 醤油ラーメンの素・醤油 だし・酢・みりん
30	水	お弁当の日 					
31	木	れんこんシャキシャキハンバーグ 人参グラッセ ハッシュドポテト コンソメスープ オレンジ みんな大好き メニュー 		牛肉・豚肉・鶏肉	パン粉・油・砂糖/じゃが芋	蓮根・玉葱/人参・キャベツ コーン/オレンジ	塩・こしょう・ケチャップ ソース・コンソメ

材料等の都合により献立を変更することがございます。
 ※カレー・丼の日は大きめのお弁当箱にごはんを入れてください。ごはんが足りない日はお弁当箱もいりません。