

2020年1月分献立表

施設名 わらしべ第二保育園

日付	曜日	10時 三歳未満児	おひる	おやつ	主な材料
1	水				
2	木				
3	金				
4	土	せんべい 麦茶	カレーライス ゼリー	菓子 麦茶	はいが米 ぶたかた(皮脂無) たまねぎ にんじん じゃがいも 調合油 オレンジゼリー
5	日				
6	月	せんべい 牛乳	かぶの葉ごはん 揚げ豆腐なめこおろしあん おひたし 豚汁	ジャムサンド 牛乳	普通牛乳 はいが米 かぶの葉 しょうが 木綿豆腐 だいこん なめこ 片栗粉 調合油 ほうれん そう りょくとうもやし にんじん かつお節 ぶたかた(皮脂無) じゃがいも ごぼう 板こん にゃく 根深ねぎ 油揚げ 甘みそ なたね油 食パン いちごジャム
7	火	せんべい 牛乳	ご飯 さわらみそ焼き 大根と小松菜のサラダ ぬか漬け すまし汁 チーズ	春の七草うどん 牛乳	普通牛乳 はいが米 さわら 淡色辛みそ 三温糖 切干しいごん にんじん こまつな コーン 缶詰粒 ごま油 きゅうりぬかみそ漬 削り節 木綿豆腐 生しいたけ プロセスチーズ うどん りしりごんぶ せり なすな かぶの葉 だいこん
8	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 豚しゃぶのから揚げ野菜炒め 春雨サラダ セロリ塩麹漬け スープ	きなこおにぎり 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 ぶた肝臓 にんにく 片栗粉 たまねぎ キャベツ 青ピーマン 赤ピーマン たら りょくとうもやし しょうが 調合油 ごま油 三温糖 はるさめ きゅうり コーン缶詰粒 セロリ 米こうじ オリーブ油 にんじん こまつな はいが米ご飯 きな粉 普 通牛乳
9	木	せんべい 牛乳	ご飯 焼鮭 切干し大根 さつま芋甘煮 みそ汁 チーズ	スパゲッティロール 牛乳	普通牛乳 はいが米 塩ざけ 切干しいごん にんじん 凍り豆腐 油揚げ こまつな 中ざら糖 調合油 さつまいも 三温糖 削り節 淡色辛みそ キャベツ 塩わかめ プロセスチーズ マカロ ニ・スパゲティ トマトケチャップ オリーブ油 ロールパン
10	金	ヨーグルト 麦茶	青菜とチキンのカレーライス レモンきゃべつ みかん	お好み焼きパン 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 鶏むね たまねぎ にんじん ほうれんそう こまつな 調合油 キャベツ レモン果汁 みかん ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 まぐろ油漬缶詰 しらす干 し トマトケチャップ かつお節 あおりのり 普通牛乳
11	土	せんべい 麦茶	ほうれん草とジャコのスパゲティ ゼリー	菓子 麦茶	マカロニ・スパゲティ ほうれんそう しらす干し マッシュルーム オリーブ油 オレンジゼ リー
12	日				
13	月				
14	火	せんべい 牛乳	ご飯 かじき生姜焼き 青菜ごまあえ 里芋とレンコンの梅ひし和え みそ汁 チーズ	ジャムサンド 牛乳	普通牛乳 はいが米 めかじき しょうが 三温糖 いりごま こまつな ねんこん さといも 梅干 し 削り節 淡色辛みそ 木綿豆腐 なめこ プロセスチーズ 食パン いちごジャム
15	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 筑前煮 大根と春菊のツナ炒め なめ茸 みそ汁	さつまいもぜんざい ヨーグルト牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 鶏むね ごぼう にんじん 板こんにゃく 干しいたけ れんこ ん さといも 凍り豆腐 トウモロコシ 中ざら糖 調合油 まぐろ油漬缶詰 だいこん しゅんぎく ごま油 えのきたけ 削り節 淡色辛みそ キャベツ こまつな さつまいも 砂糖 あずき ヨーグ ルト 普通牛乳
16	木	せんべい 牛乳	ご飯 たらものムニエル ニラとえのき和え 金時煮豆 すまし汁 チーズ	カジキマグロのおにぎ り牛乳	普通牛乳 はいが米 たら オリーブ油 薄力粉 パセリにら えのきたけ かつお節 にんじん 乾 いんげんまめ 三温糖 削り節 鰹せふ こまつな プロセスチーズ めかじき 中ざら糖 調合油
17	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 高野豆腐のふわふわ煮 じゃが芋おかか ぬか漬け みそ汁	あんパン 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 鶏むね にんじん 干しいたけ 凍り豆腐 片栗粉 こまつな 削り節 じゃがいも きゅうりぬかみそ漬 淡色辛みそ キャベツ 油揚げ あんパン 普通牛乳
18	土	せんべい 麦茶	ハヤシライス ゼリー	菓子 麦茶	はいが米 ぶたかた(皮脂無) たまねぎ にんじん マッシュルーム ぶなしめじ グリーン ピース 調合油 オレンジゼリー
19	日				
20	月	せんべい 牛乳	ご飯 豚の生姜焼き 野菜炒め マッシュポテト スープ	ヨーグルト 菓子 バナナ 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたかた(皮脂無) たまねぎ しょうが 調合油 キャベツ りょくとうも やし にんじん 青ピーマン きくらげ じゃがいも 豆腐 オリーブ油 ヨーグルト バナナ
21	火	せんべい 牛乳	ご飯 かじき照り焼き 青菜とモヤシのナムル 里芋のごまみそあえ みそ汁 チーズ	ミルクパン 牛乳	普通牛乳 はいが米 めかじき 三温糖 こまつな りょくとうもやし にんじん ごま油 さとい も いりごま 淡色辛みそ 削り節 はくさい 油揚げ プロセスチーズ ロールパン
22	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 ひじきつくね 白菜としいたけのおひた し かぶのあちら漬け のっぺい汁	やきそば 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 鶏むね たまねぎ ひじき 淡色辛みそ しょうが はいが米ご 飯 根深ねぎ 調合油 片栗粉 三温糖 はくさい にんじん 生しいたけ かつお節 かぶ きゅうり だいこん さといも こまつな 削り節 中華めん キャベツ りょくとうもやし 青ピーマン あ おりのり 普通牛乳
23	木	せんべい 牛乳	ご飯 たらものナゲット ゆでブロッコリー あざりとキャベツのおかか和え すまし汁 チーズ	紅茶のスコーン 牛乳	普通牛乳 はいが米 たら 木綿豆腐 たまねぎ 調合油 薄力粉 トマトケチャップ フロッコリー 豆腐 なたね油 キャベツ にんじん あざり水煮缶詰 かわいれ かつお節 削り節 えのきたけ こまつな プロセスチーズ 三温糖 オリーブ油
24	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 マーボー豆腐 ねばねば和え さつま芋甘煮 スープ	ツイストドーナツ 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたひき肉 木綿豆腐 根深ねぎ にら にんじん 干しいたけ 青ピーマン 淡色辛みそ 片栗粉 調合油 かつお節 納豆 りょくとうもやし キャベツ さつま いも 三温糖 オリーブ油 しゅんぎく ロールパン グラニュー糖 普通牛乳
25	土	せんべい 麦茶	スパゲッティナポリタン ゼリー	菓子 麦茶	ぶたかた(皮脂無) マカロニ・スパゲティ たまねぎ にんじん 青ピーマン マッシュルーム トマトケチャップ オリーブ油 オレンジゼリー
26	日				
27	月	せんべい 牛乳	ご飯 かつおのノルウェー風 こぶき芋 ブロッコリーとスティックにんじん すまし汁	ヨーグルト 菓子 バナナ 牛乳	普通牛乳 はいが米 かつお 薄力粉 しょうが 片栗粉 調合油 トマトケチャップ 三温糖 じゃが いも にんじん あおりのり ブロッコリー 削り節 はくさい 生しいたけ ヨーグルト バナナ
28	火	せんべい 牛乳	カレーライス ハワイ風サラダ チーズ	ジャムサンド 牛乳	普通牛乳 はいが米 ぶたかた(皮脂無) たまねぎ にんじん じゃがいも 調合油 キャベツ きゅうり バインアップル缶詰 プロセスチーズ 食パン いちごジャム
29	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 みそ焼肉 ポテトサラダ ぬか漬け すまし汁	スパゲッティナポリタ ン牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたかた(皮脂無) にんじん キャベツ こまつな りょくと うもやし 淡色辛みそ ごま油 じゃがいも 鶏むね肉 きゅうり コーン缶詰粒 豆腐 調合油 きゅうりぬかみそ漬 削り節 木綿豆腐 ゆでなめこ マカロニ・スパゲティ たまねぎ 青ピー マン マッシュルーム トマトケチャップ オリーブ油 普通牛乳
30	木	せんべい 牛乳	ご飯 サバのおろし煮 のりの佃煮 小松菜煮浸し なっとう汁 チーズ	クロワッサン 牛乳	普通牛乳 はいが米 さば しょうが 中ざら糖 だいこん 焼きのり 三温糖 こまつな 油揚げ に んじん 削り節 淡色辛みそ 納豆 根深ねぎ プロセスチーズ クロワッサン
31	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 とりの照り焼き ブロッコリーとス ティックにんじん 粉ふき芋 スープ みかん	りんごのホットケーキ プリン 牛乳	プレーンヨーグルト はいが米 鶏もも しょうが にんにく じゃがいも にんじん あおりの り ブロッコリー 調合油 オリーブ油 たまねぎ みかん カスタードフディング ホットケーキ ミックス 三温糖 りんご 調整豆乳 普通牛乳