

# 2021年1月分献立表

三歳未満児

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	金		元旦		
2	土				
3	日				
4	月	せんべい 牛乳	カレーライス 磯和え みかん缶	洋風甘食 牛乳	鉄塩せん 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 カレールウ 調合油 キャベツ 焼きのり あさり水煮缶詰 穀物酢 濃口しょうゆ みかん缶詰 ビスケット
5	火	せんべい 牛乳	ご飯 かじき照り焼き えびサラダ さつま芋きんとん みそ汁	菓子 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 めかじき 濃口しょうゆ 三温糖 純米酒 キャベツ にんじん しばえび 豆乳 なたね油 穀物酢 食塩 さつまいも 削り節 淡色辛みそ りょうとうもやし こまつな 鉄入りたっぶりしらすくん
6	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 鶏のちゃんちゃん焼き レンコンのカレー炒め 田作り すまし汁	コッペパン(かぼ ちゃあん) 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 鶏むね 淡色辛みそ 三温糖 濃口しょうゆ 本みりん しょうが キャベツ たまねぎ りょうとうもやし 青ピーマン にんじん いりごま 鶏ひき肉 れんこん コーン缶詰粒 カレー粉 食塩 調合油 煮干し かつお節 純米酒 穀物酢 削り節 木綿豆腐 塩わかめ コッペパン くりかぼちゃ 豆乳 普通牛乳
7	木	せんべい 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 紅白なます 金時煮豆 豚汁	春の七草うどん 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 塩ざけ だいこん にんじん 食塩 穀物酢 三温糖 いりごま 乾いんげんまめ ぶたかた(皮脂無) じゃがいも ごぼう 板こんにゃく 長ねぎ 木綿豆腐 淡色辛みそ なたね油 うどん りしりこんぶ 煮干し 純米酒 濃口しょうゆ せり なすな からの葉
8	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 豚肉と大根のこつてり煮 小松菜煮浸し ぬか漬け みそ汁	ヨーグルト 菓子 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 ぶたかた(皮脂無) だいこん にんじん たまねぎ しらたき グリーンピース 濃口しょうゆ 本みりん 調合油 こまつな 油揚げ 中ざら糖 削り節 かつぶ 淡色辛みそ じゃがいも ヨーグルト 鉄入りたっぶりしらすくん 普通牛乳
9	土		わかめうどん ゼリー	菓子 麦茶	鉄塩せん 麦茶 うどん 長ねぎ 塩わかめ こまつな 濃口しょうゆ 本みりん かつお節 三温糖 純米酒 煮干し 食塩 オレンジゼリー 鉄入りたっぶりしらすくん
10	日				
11	月		成人の日		
12	火	せんべい 牛乳	ご飯 さんまの蒲焼 青菜ごまあえ きのこソテー みそ汁	ミルクパン 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 さんま 三温糖 濃口しょうゆ 純米酒 こまつなりょうとうもやし にんじん いりごま キャベツ ぶなしめじ えのきたけ たまねぎ コーン缶詰粒 オリーブ油 削り節 淡色辛みそ さつまいも ロールパン
13	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 みそ焼肉 ブロッコリーとスティックにんじん 昆布佃煮 すまし汁	いちごジャムサンド 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 ぶたかた(皮脂無) にんじん キャベツ こまつなりょうとうもやし 濃口しょうゆ 本みりん 純米酒 淡色辛みそ ごま油 ブロッコリー 穀物酢 調合油 食塩 白こしょう りしりこんぶ 三温糖 削り節 木綿豆腐 maidataけ 食パン いちごジャム 普通牛乳
14	木	せんべい 牛乳	ご飯 かつおのノルウェー風 豆菜サラダ 焼きしいたけ けんちん汁	菓子 りんご 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 かつお しょうが 濃口しょうゆ 片栗粉 調合油 ウスターソース トマトケチャップ 三温糖 こまつな 大豆 にんじん まぐろ油漬缶詰 いりごま 穀物酢 ごま油 生しいたけ 鶏もも(皮なし) さといも だいこん ごぼう 板こんにゃく 長ねぎ 木綿豆腐 鉄入りたっぶりしらすくん りんご
15	金	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	さつまいもせんざい ヨーグルト 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 鶏むね ごぼう にんじん 板こんにゃく 乾しいたけ れんこん さといも 凍り豆腐 トウモロコシ 中ざら糖 濃口しょうゆ 純米酒 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 本みりん 削り節 淡色辛みそ りょうとうもやし 油揚げ ヨーグルト さつまいも 砂糖 あずき 普通牛乳
16	土	せんべい 麦茶	カレーライス ゼリー	菓子 麦茶	鉄塩せん 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 カレールウ 調合油 オレンジゼリー 鉄入りたっぶりしらすくん
17	日				
18	月	せんべい 牛乳	ご飯 マーボー豆腐 ねばねば和え かぼちゃ甘煮 すまし汁	いちごジャムサンド 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 ぶたかた(皮脂無) 長ねぎ にんじん 乾しいたけ 青ピーマン 濃口しょうゆ 淡色辛みそ 片栗粉 調合油 かつお節 納豆 りょうとうもやし キャベツ くりかぼちゃ 三温糖 削り節 食塩 はくさい 塩わかめ 食パン いちごジャム
19	火	せんべい 牛乳	ご飯 たらものムニエル 白菜ゆずびたし ココロポテト スープ	五目ごはん(非) 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 たら 食塩 オリーブ油 薄力粉 パセリ はくさい にんじん 濃口しょうゆ ゆず ゆず果汁 じゃがいも 白こしょう たまねぎ はるさめ ごぼう ゆで生しいたけ こんにゃく 油揚げ 三温糖 穀物酢
20	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 豚レバーのから揚げケチャップ炒め チンゲン 菜のおひたし かぶのあちゃら漬け スープ	ツイストドーナツ 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 ぶたかた(皮脂無) 中濃ソース にんにく 片栗粉 調合油 たまねぎ キャベツ 青ピーマン 赤ピーマン コーン缶詰粒 ごま油 トマトケチャップ 三温糖 穀物酢 チンゲンサイ りょうとうもやし にんじん 濃口しょうゆ かつお節 かぶ きゅうり 食塩 オリーブ油 はくさい イーストドーナツ 普通牛乳
21	木	せんべい 牛乳	ご飯 かじきの塩麹焼き 青菜とモヤシのナムル ぬか漬け なっとう汁	菓子 パナナ 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 めかじき 米こうじ 三温糖 濃口しょうゆ こまつなりょうとうもやし にんじん ごま油 かつぶ 削り節 淡色辛みそ 納豆 長ねぎ パナナ 鉄入りたっぶりしらすくん
22	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 酢豚 豆腐サラダ ゆず大根 スープ	ヨーグルト 菓子 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 ぶたかた たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ バインアップル缶詰 ゆでたけのこ トマトケチャップ 片栗粉 穀物酢 三温糖 濃口しょうゆ 調合油 キャベツ 木綿豆腐 こまつな 塩昆布 食塩 白こしょう だいこん ゆず果汁 ゆず オリーブ油 みずな ヨーグルト 鉄入りたっぶりしらすくん 普通牛乳
23	土	せんべい 麦茶	きのこの和風スパゲッティ ゼリー	菓子 麦茶	鉄塩せん 麦茶 マカロニ・スパゲティ ぶたかた(皮脂無) ぶなしめじ えのきたけ ほうれんそう 濃口しょうゆ 純米酒 食塩 オリーブ油 調合油 オレンジゼリー 鉄入りたっぶりしらすくん
24	日				
25	月	せんべい 牛乳	ご飯 豚の生姜焼き 野菜炒め さつま芋甘煮 スープ	カジキのおにぎり 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 ぶたかた(皮脂無) たまねぎ しょうが 濃口しょうゆ 調合油 キャベツ りょうとうもやし にんじん 青ピーマン さくらげ 食塩 さつまいも 三温糖 オリーブ油 あさり水煮缶詰 めかじき 中ざら糖 純米酒
26	火	せんべい 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き 青菜とりのサラダ かぼちゃ甘煮 みそ汁	スパゲッティロール 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 塩ざけ ほうれんそう 焼きのりにんじん キャベツ 穀物酢 濃口しょうゆ 調合油 くりかぼちゃ 三温糖 削り節 淡色辛みそ 木綿豆腐 なめこ 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
27	水	ヨーグルト 麦茶	ご飯 大豆とひじきの五目煮 ポパイサラダ ツナセロリ みそ汁	ふかし芋 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 鶏むね 大豆 乾ひじき にんじん 油揚げ 板こんにゃく ごぼう 中ざら糖 濃口しょうゆ 純米酒 調合油 ほうれんそう あさり水煮缶詰 豆乳 なたね油 穀物酢 食塩 まぐろ油漬缶詰 セロリ 削り節 淡色辛みそ キャベツ こまつな 普通牛乳
28	木	せんべい 牛乳	ご飯 カツオと野菜のケチャップ炒め きんぴらごぼう ぬか漬け すまし汁	塩バターロール 牛乳	鉄塩せん 普通牛乳 はいが米 かつお にんにく 片栗粉 キャベツ にんじん ぶなしめじ 青ピーマン たまねぎ トマトケチャップ 濃口しょうゆ オリーブ油 ごぼう いりごま ごま油 三温糖 だいこん 削り節 食塩 木綿豆腐 こまつな ロールパン 塩バター
29	金	ヨーグルト 麦茶	ご飯 とりの照り焼き ブロッコリーの豆乳マヨあえ 春雨サラダ スープ みかん缶	ボンデポール プリン 牛乳	プレーンヨーグルト 麦茶 はいが米 鶏もも しょうが にんにく 濃口しょうゆ 純米酒 ブロッコリー にんじん 豆乳 なたね油 穀物酢 食塩 はるさめ きゅうり コーン缶詰粒 調合油 三温糖 白こしょう オリーブ油 たまねぎ えのきたけ こまつな みかん缶詰 カスタードフディング ホットケーキミックス 白玉粉 調整豆乳 絹ごし豆腐 粉糖 調整酢
30	土	せんべい 麦茶	ハヤシライス ゼリー	菓子 麦茶	鉄塩せん 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 ハヤシルフ ぶなしめじ グリーンピース 調合油 オレンジゼリー 鉄入りたっぶりしらすくん
31	日				

☆畑の野菜の収穫や、業者の仕入れの都合などにより献立内容が変更になる場合があります。予めご了承下さい。