

平成30年度1月給食献立表

聖母のさゆり保育園

日にち	曜日	昼食	おやつ	主な食材			その他
				血・骨・肉をつくるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	
11	金	五目ちらし寿司 蓮根きんぴら 手まり麩の清汁 果物 お茶	フルーツポンチ せんべい 牛乳	鮭 卵 刻みのり 手まり麩 牛乳	米 三温糖 蒟蒻 胡麻 ごま油 油 せんべい	人参 椎茸 きぬさや 蓮根 三つ葉 みかん缶 桃缶 パイン缶 りんご 苺	醤油 塩 酢 鰹節
28	月	パン 白身魚の洋風焼き りんご入りサラダ 果物 牛乳	中華おこわ お茶	白身魚 チーズ 鶏肉 牛乳	パン 油 三温糖 ごま油 米 もち米	玉葱 人参 ピーマン キャベツ きゅうり コーン りんご 筍水煮 椎茸	ケチャップ 塩 マヨドレ 醤油
15	火	白飯 豚の生姜焼き 大根サラダ	スノーボール	豚肉 糸削り 味噌	米 三温糖 油 ごま油	生姜 玉葱 大根	醤油 酒
29		味噌汁・果物・お茶	牛乳	わかめ 卵 牛乳	じゃが芋 バター 小麦粉 粉糖	人参 きゅうり 小葱	酢 煮干し
16	水	きつねうどん 南瓜のそぼろあんかけ	お好み焼き	油揚げ かまぼこ 鶏ひき肉	うどん 三温糖 油	人参 長葱 小松菜	昆布 醤油
30		果物・牛乳	お茶	豚肉 桜えび 卵 牛乳	片栗粉 小麦粉	えのき 南瓜 キャベツ	塩 中濃ソース
17	木	混ぜご飯 鮭のみぞれ焼き	パスタ入りスープ	生鮭 厚揚げ	米 蒟蒻 三温糖 油	人参 しめじ 大根 かぶ 白菜	醤油 顆粒だし
31		かぶと白菜のさっと煮 清汁 果物 お茶	牛乳	豆腐 牛乳	じゃが芋 マカロニ	えのき 玉葱 キャベツ コーン	鰹節 コンソメ 塩
4	金	ハヤシライス フレンチサラダ	クラッカーサンド	豚肉	米 油	玉葱 人参 エリンギ グリーンピース	ハヤシルウ ケチャップ
18		コンソメスープ 果物 お茶	牛乳	牛乳	クラッカー ジャム	キャベツ きゅうり ブロッコリー	酢 塩 コンソメ
5	土	親子丼 即席漬け	せんべい	鶏肉 卵 刻みのり	米 三温糖 油	玉葱 人参 白菜	醤油 塩
19		味噌汁 果物 お茶	牛乳	油揚げ 味噌 牛乳	せんべい	きゅうり もやし 長葱	煮干し
7	月	パン チキン照り焼き	七草粥(7日)	鶏肉 卵(7日)	パン 油 三温糖	生姜 玉葱 キャベツ	醤油 みりん
21		コールスローサラダ 果物 牛乳	わかめおにぎり(21日) お茶	わかめ(21日) 牛乳	じゃが芋・片栗粉	人参 きゅうり コーン 七草(7日)	マヨドレ 塩
8	火	白飯 肉豆腐 ゆかり和え	ホットケーキ	豚肉 豆腐	米 三温糖 油 白滝	玉葱 長葱 椎茸 人参	醤油 ゆかり
22		清汁 果物 お茶	牛乳	卵 牛乳	小麦粉 バター	きゅうり 白菜 えのき かぶ	塩 鰹節
9	水	ほうれん草と鮭のクリームパスタ	さつま芋とりんごの甘煮	塩鮭 生クリーム	スパゲティ 油 小麦粉	玉葱 エリンギ ほうれん草	塩 コンソメ
23		コーンサラダ 果物 牛乳	お茶	牛乳	三温糖 さつま芋	コーン 人参 キャベツ りんご	醤油 酢
10	木	チャーハン 春雨サラダ	パンプキンパイ	むき海老 卵	米 ごま油 三温糖 胡麻	長葱 椎茸 きゅうり	鶏ガラ 塩
24		中華スープ 果物 お茶	牛乳	わかめ 牛乳	春雨 餃子の皮 バター 油	キャベツ 人参 青梗菜 南瓜	酢 醤油
25	金	ひじきご飯 磯辺揚げ けんちん汁 果物 お茶	フルーツポンチ せんべい 牛乳	ひじき ちくわ 青のり 豚肉 豆腐 味噌 牛乳	米 油 小麦粉 ごま油 里芋 三温糖 せんべい	人参 大根 ごぼう 長葱 小松菜 みかん缶 桃缶 パイン缶 りんご	醤油 煮干し 塩
12	土	焼うどん 胡麻和え	バームクーヘン	豚肉 桜えび	うどん 油	玉葱 人参 キャベツ しめじ	醤油
26		果物 お茶	牛乳	糸削り 牛乳	三温糖 胡麻 バームクーヘン	大根 きゅうり	塩

今月の使用果物:みかん・りんご・バナナ・オレンジ・グレープフルーツ
* 献立は諸事情により変更になる場合があります