様式F118

2022年012月の献立

献　立　表

汐江ふたば保育園(一般)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1　牛乳　野菜家族 御飯　米 豚肉とれんこんの甘酢炒め　豚肉(ばら) にんじん たまねぎ れんこん ピーマン 砂糖 みりん しょうゆ 酢 中華だしの素 ブロッコリーツナ和え　ブロッコリー にんじん ツナ油漬缶 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 中華スープ　たまねぎ もやし カットわかめ 酒 しょうゆ(うすくち) 中華だしの素 ごま油 バナナ　バナナ	1　ヨーグルト 御飯　米 鶏肉のマーマレード焼き　鶏もも肉(皮付き) マーマレード みりん しょうゆ 白菜のひじき和え　はくさい きゅうり にんじん ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ すまし汁　だいこん しめじ みつば 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁	2　牛乳　ハイハイン 鶏丼　米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ 砂糖 酒 みりん しょうゆ 大根の梅肉和え　だいこん カットわかめ 梅干し 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　じゃがいも 油揚げ みつば 煮干だし汁 白みそ
			牛乳　牛乳 あんバートースト　食パン こしあん(生) バター	にゅうめん　干しそうめん 鶏もも肉(皮付き) にんじん しいたけ みつば 酒 しょうゆ かつおだし汁	牛乳　牛乳 柿　かき
5　牛乳　芋チップス わかめ御飯　米 混ぜ込みわかめ 牛肉ときのこうどん　ゆでうどん 牛肉(ばら) たまねぎ しめじ なめこ ほうれんそう 酒 みりん しょうゆ かつおだし汁 小松菜とあげの和え物　こまつな キャベツ にんじん 油揚げ 砂糖 酒 みりん しょうゆ	6　牛乳　コーンフロスティ 御飯　米 鮭の照り焼き　さけ みりん 酒 しょうゆ こまツナ和え　こまつな もやし ツナ油漬缶 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　たまねぎ さつまいも(皮付) ねぎ 煮干だし汁 白みそ	7　牛乳　バナナ ロールパン　ロールパン かぶのクリームシチュー　鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ かぶ じゃがいも ほうれんそう しめじ 牛乳 シチューミックスクリーム マカロニサラダ　マカロニ にんじん きゅうり コーン(冷凍) マヨネーズ りんご　りんご	8　牛乳　小魚家族 御飯　米 鶏肉と鶏レバーの生姜煮　鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが 砂糖 酒 みりん しょうゆ 柿なます　だいこん きゅうり かき 砂糖 酒 みりん 酢 すまし汁　木綿豆腐 エリンギ みつば 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 みかん　みかん	9　ヨーグルト 御飯　米 鶏肉と大根の煮物　鶏もも肉(皮付き) だいこん にんじん ちくわ 板こんにゃく グリンピース(冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ 納豆の磯青菜和え　納豆 こまつな にんじん 焼きのり 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　キャベツ えのきたけ カットわかめ 煮干だし汁 白みそ バナナ　バナナ	10　牛乳　野菜ハイハイン チャーハン　米 ウインナーソーセージ たまねぎ にんじん ねぎ しょうゆ 中華だしの素 ごま油 海藻サラダ　キャベツ カットわかめ 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　さつまいも(皮付) こまつな えのきたけ 煮干だし汁 白みそ
牛乳　牛乳 大学芋　さつまいも(皮付) 油 砂糖 水あめ 黒ごま 水	みかんヨーグルト　ヨーグルト(加糖) みかん缶	かぶの葉おにぎり　米 かぶ・葉 油揚げ 砂糖 酒 みりん しょうゆ	牛乳　牛乳 豆乳プリン　調製豆乳 粉ゼラチン 砂糖 いちごジャム 水	牛乳　牛乳 肉まん風蒸しパン　ホットケーキミックス 調製豆乳 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ しょうゆ 砂糖 酒 ごま油 中華だしの素	牛乳　牛乳 みかん　みかん
12　牛乳　芋けんぴ 冬野菜カレー　牛肉(ばら) にんじん たまねぎ れんこん じゃがいも りんご カレールウ あげとえのきのサラダ　キャベツ きゅうり 油揚げ えのきたけ 砂糖 酒 みりん しょうゆ ヨーグルト　ヨーグルト(加糖)	13　牛乳　コーンフロスティ 御飯　米 鰆・鯖のみそ焼き　さわら さば 砂糖 白みそ みりん 酒 白菜のきのこ和え　はくさい きゅうり なめこ えのきたけ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ すまし汁　絹ごし豆腐 たまねぎ レタス 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 バナナ　バナナ	14　牛乳　バナナ 御飯　米 牛肉とごぼうの生姜煮　牛肉(ばら) ごぼう にんじん 糸こんにゃく しょうが 砂糖 酒 みりん しょうゆ 拌三絲　はるさめ きゅうり にんじん コーン(冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ 酢 中華だしの素 ごま油 みそ汁　たまねぎ 生揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ いちご　いちご	15　牛乳　野菜家族 食パン　食パン 蓮根ミートローフ　豚ひき肉 牛ひき肉 たまねぎ にんじん れんこん 卵 ひじき 牛乳180cc パン粉 ケチャップ 食塩 豆腐サラダ　木綿豆腐 きゅうり にんじん キャベツ 焼きのり 砂糖 酒 みりん しょうゆ 野菜スープ　じゃがいも にんじん ほうれんそう しょうゆ かつおだし汁 洋風だしの素	16　ヨーグルト 塩昆布御飯　米 塩こんぶ 鶏肉のノルマンディ風　鶏もも肉(皮付き) ケチャップ たまねぎ 砂糖 ウスターソース ほうれん草のしらす和え　ほうれんそう キャベツ にんじん しらす干し 砂糖 酒 みりん しょうゆ すまし汁　にんじん 絹ごし豆腐 カットわかめ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 みかん　みかん	17　牛乳　ハイハイン ビビンバ丼　米 豚ミンチ にんじん ほうれんそう もやし 酒 みりん しょうゆ 砂糖 ごま油 もやしと胡瓜のごま和え　もやし きゅうり ごま 砂糖 酒 みりん しょうゆ すまし汁　たまねぎ しめじ みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)
牛乳　牛乳 ミルクパン　北海道ミルク	雑炊　米 鶏もも肉(皮付き) にんじん だいこん ねぎ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 ねぎ	牛乳　牛乳 かぼちゃ蒸しパン　ホットケーキミックス かぼちゃ 調製豆乳 砂糖	鮭おにぎり　米 さけ みつば しょうゆ こんぶ(だし用) 酒 食塩	牛乳　牛乳 バナナマフィン　小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 無塩バター 卵 バナナ 砂糖	牛乳　牛乳 オレンジ　オレンジ
19　牛乳　芋チップス ハリハリわかめ御飯　米 切り干しだいこん カットわかめ 酒 しょうゆ こんぶ(だし用) 鶏のから揚げ　鶏もも肉(皮付き) 塩麹 片栗粉 油 ブロッコリーサラダ　ブロッコリー にんじん コーン(冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ 野菜スープ　レタス にんじん えのきたけ 洋風だしの素 かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みかん　みかん	20　牛乳　コーンフロスティ 御飯　米 白身魚の南蛮漬け　メルルーサ 油 片栗粉 砂糖 酢 しょうゆ 刻み昆布と大豆の含め煮　ゆで大豆 刻みこんぶ ひじき にんじん ちくわ 板こんにゃく 砂糖 酒 みりん しょうゆ すまし汁　はくさい えのきたけ カットわかめ かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち) りんご　りんご	21　牛乳　バナナ ごま塩御飯　米 ごましお みそラーメン　ゆで中華めん 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい もやし 中華だしの素 白みそ しょうゆ 大根サラダ　だいこん きゅうり しらす干し カットわかめ 砂糖 酒 みりん しょうゆ	22　ヨーグルト 御飯　米 すき焼き風煮　牛肉(ばら) はくさい にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ 焼き豆腐 糸こんにゃく 砂糖 酒 みりん しょうゆ 切り干し大根のサラダ　切り干しだいこん きゅうり にんじん 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　キャベツ 油揚げ カットわかめ 煮干だし汁 白みそ いちご　いちご	23　牛乳　小魚家族 御飯　米 豚肉の生姜焼き　豚肉(肩ロース) しょうが 酒 みりん しょうゆ きんぴらごぼう　ごぼう にんじん 糸こんにゃく ちくわ ごま 砂糖 酒 みりん しょうゆ みそ汁　だいこん にんじん こまつな 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁	24　牛乳　野菜ハイハイン チキンライス　米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ コーン(冷凍) ケチャップ 食塩 胡瓜の塩昆布和え　きゅうり 塩こんぶ すまし汁　絹ごし豆腐 しめじ みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)
牛乳　牛乳 クリスマスケーキ　米粉 ベーキングパウダー 砂糖 油 調製豆乳 いちごジャム 食塩 調製豆乳 砂糖 いちご	牛乳　牛乳 さつまいものおやき　さつまいも(皮付) こしあん(生) 米粉 豆乳	ごま昆布おにぎり　米 塩こんぶ ごま油 ごま	牛乳　牛乳 じゃこピザ　食パン しらす干し マヨネーズ しょうゆ チーズ 焼きのり	バナナヨーグルト　ヨーグルト(加糖) バナナ	牛乳　牛乳 りんご　りんご
26　牛乳　芋けんぴ ポークカレー　米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも グリンピース(冷凍) りんご カレールウ ごぼうサラダ　ごぼう ひじき にんじん きゅうり コーン(冷凍) マヨネーズ しょうゆ ヨーグルト　ヨーグルト(加糖)	27　牛乳　コーンフロスティ 御飯　米 八宝菜　豚肉(ばら) はくさい にんじん たまねぎ ピーマン こまつな しいたけ ねぎ 砂糖 酒 みりん しょうゆ もやしのナムル　もやし きゅうり にんじん 砂糖 みりん しょうゆ 酒 酢 中華だしの素 ごま油 中華スープ　たまねぎ えのきたけ レタス しょうゆ 酒 中華だしの素 オレンジ　オレンジ	28　牛乳　バナナ 御飯　米 赤魚の煮付け　あかうお 砂糖 酒 みりん しょうゆ しょうが ほうれん草とひじきの白和え　木綿豆腐 ほうれんそう にんじん ひじき 板こんにゃく すりごま 白みそ 砂糖 しょうゆ すまし汁　だいこん しめじ みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)	29 休園日	30 休園日	31 休園日
牛乳　牛乳 焼き芋　さつまいも(皮付)	牛乳　牛乳 ジャムサンド　食パン イチゴジャム	しらすおにぎり　米 しらす干し あおのり しょうゆ こんぶ(だし用) 酒			