様式F118

2021年 1月の献立

完　了　食　献　立　表

塚口北ふたば保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3	4 牛乳 チーズ	5 牛乳 バナナ	6 ヨーグルト	7 牛乳 チーズ	8 牛乳 お子様せんべい
	わかめ御飯 米 混ぜ込みわかめ トマトスパゲティ スパゲティ ツナ油付缶 にんじん たまねぎ トマト缶 ウスターソース 砂糖 ケチャップ 野菜スープ にんじん さといも コーン(冷凍) カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ しょうゆ(うすくち) みりん 酒 みかんヨーグルト ヨーグルト(加糖) みかん缶	かぶの葉御飯 米 かぶ・葉 食塩 みそ煮込みうどん ゆでうどん 豚肉(ばら) かぶ にんじん たまねぎ はくさい コーン(冷凍) 白みそ かつおだし汁 しょうゆ みりん 酒 海藻サラダ キャベツ カットわかめ ひじき しょうゆ 酒 みりん 砂糖 牛乳 牛乳 おふラスク 焼ふ 無塩バター 油 砂糖	御飯 米 豚ニラ炒め 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん キャベツ にら しょうゆ みりん 酒 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 しょうゆ 酒 みりん 砂糖 中華スープ こまつな しめじ ねぎ しょうゆ 酒 みりん かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) ごま油 りんご りんご すいとん 小麦粉 水 だいこん にんじん ごぼう 生揚げ 板こんにゃく はくさい しめじ ちくわ かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん	御飯 米 赤魚の塩麹焼き あかうお 塩麹 納豆の磯青菜和え 納豆 こまつな にんじん 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん みそ汁 ごぼう 木綿豆腐 みつば 煮干だし汁 白みそ オレンジ オレンジ 牛乳 牛乳 粉吹き芋 じゃがいも	スタミナ丼 米 豚肉(ばら) にら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖 白菜のごま和え はくさい にんじん ひじき ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖 すまし汁 絹ごし豆腐 しめじ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 牛乳 牛乳 バナナ バナナ
10	11 牛乳 バナナ	12 とろけるゼリー	13 牛乳 チーズ	14 牛乳 バナナ	15 牛乳 ハイハイン
成人の日	冬の根菜あんかけ丼 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも れんこん りんご グリンピース(冷凍) しょうゆ 片栗粉 ナムル だいこん きゅうり にんじん 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん 酒 ごま油 ヨーグルト ヨーグルト(加糖) 小松菜おにぎり 米 こまつな しらす干し しょうゆ 酒 みりん	御飯 米 鶏の生姜焼き 鶏もも肉(皮付き) しょうが しょうゆ 酒 みりん 小松菜のおかか和え こまつな にんじん キャベツ かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖 すまし汁 もやし たまねぎ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 りんご りんご 牛乳 牛乳 ハムチーズサンドイッ 食パン ハム スライスチーズ	御飯 米 回鍋肉 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン もやし 白みそ しょうゆ 砂糖 みりん 酒 春雨サラダ はるさめ きゅうり にんじん コーン 砂糖 酒 みりん しょうゆ かつおだし汁 ごま油 しょうゆ(うすくち) わかめスープ にんじん カットわかめ たまねぎ かつおだし汁 酒 みりん しょうゆ(うすくち) ごま油 みかん みかん 雑炊 米 鶏もも肉(皮付き) だいこん にんじん みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん しょうゆ(うすくち)	御飯 米 白身魚のみぞれ煮 メルルーサ だいこん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 豆腐サラダ 木綿豆腐 キャベツ にんじん ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ なめこ汁 なめこ 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ 牛乳 牛乳 ふかしいも さつまいも	ビビンバ丼 米 豚ひき肉 にんじん ほうれんそう もやし しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま油 大根のナムル だいこん カットわかめ しょうゆ 砂糖 酢 酒 みりん 中華スープ こまつな エリンギ ねぎ しょうゆ 酒 みりん しょうゆ(うすくち) かつおだし汁 ごま油 ゼリー・みかん とろけるゼリー みかん
17 牛乳 チーズ	18 牛乳 バナナ	19 ヨーグルト	20 牛乳 チーズ	21 牛乳 バナナ	22 牛乳 お子様せんべい
鶏丼 米 鶏もも肉 たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 小松菜の海苔和え こまつな キャベツ にんじん 刻みのり しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま油 すまし汁 たまねぎ えのきたけ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 シスコーンヨーグルト ヨーグルト(無藤) 砂糖 シスコーン	御飯 米 豚肉大根 豚肉(ばら) だいこん にんじん 板こんにゃく ちくわ しょうゆ みりん 酒 砂糖 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま みそ汁 じゃがいも 生揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ オレンジ オレンジ 牛乳 牛乳 ロールパン ロールパン	御飯 米 鶏のもも肉とレバーの生姜煮 鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 片栗粉 白和え 木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにゃく ひじき 砂糖 しょうゆ 白みそ すりごま すまし汁 はくさい もやし みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん しょうゆ(うすくち) バナナ バナナ 牛乳 牛乳 りんご蒸しパン ホットケーキ粉 りんごジャム 調製豆乳	食パン 食パン きのこと豆腐のミートローフ 合い挽きミンチ にんじん たまねぎ しめじ えのきたけ ひじき 木綿豆腐 卵 パン粉 牛乳 ポパイサラダ ほうれんそう キャベツ しょうゆ 野菜スープ レタス エリンギ コーン(冷凍) かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん しょうゆ(うすくち) ごま油 みかん みかん 鮭とみつばのおにぎり 米 さけ みつば 食塩	御飯 米 カレイのほぐし煮 かれい 大豆の煮物 にんじん 大豆(冷凍) 油揚げ ちくわ ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁 みそ汁 かぶ かぶ・葉 にんじん 煮干だし汁 白みそ 牛乳 牛乳 じゃこピザ 食パン しらす干し 刻みのり しょうゆ とろけるチーズ	生姜焼き丼 米 豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 キャベツのおかか和え キャベツ カットわかめ かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖 みそ汁 なめこ 油揚げ みつば 煮干だし汁 白みそ ヨーグルト・オレンジ ヨーグルト(加糖) オレンジ
24 牛乳 チーズ	25 牛乳 バナナ	26 牛乳 チーズ	27 とろけるゼリー	28 牛乳 バナナ	29 牛乳 ハイハイン
野菜あんかけ丼 米 鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご しょうゆ 片栗粉 胡瓜とじゃこの酢の物 きゅうり キャベツ しらす干し 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん ヨーグルト ヨーグルト(加糖) 牛乳 牛乳 ロールパン ロールパン	わかめ御飯 米 炊き込みわかめ 鶏の磯辺焼き 鶏もも肉(皮付き) 塩麹 片栗粉 あおのり ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ みりん 酒 砂糖 すまし汁 絹ごし豆腐 えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 みかん みかん 牛乳 牛乳 シフォンケーキ ホットケーキ粉 卵 砂糖 粉糖	ロールパン ロールパン 南瓜シチュー 鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ かぼちゃ しめじ ほうれんそう 牛乳 シチューミックスクリーム 脱脂粉乳 スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり 食塩 梅おかかおにぎり 米 梅肉 かつお節 しょうゆ	御飯 米 青梗菜の甘辛炒め 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 胡瓜と豆腐の海苔和え 木綿豆腐 にんじん きゅうり 刻みのり 砂糖 みりん 酒 しょうゆ みそ汁 たまねぎ もやし カットわかめ 煮干だし汁 白みそ オレンジ オレンジ 牛乳 牛乳 さつまいも蒸しパン ホットケーキミックス さつまいも 黒ごま 脱脂粉乳 調製豆乳	御飯 米 鰆の味噌焼き さわら 白みそ 酒 みりん ほうれん草の納豆和え 納豆 ほうれんそう にんじん 刻みのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん すまし汁 絹ごし豆腐 なめこ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 りんご りんご 牛乳 牛乳 バターケーキ ホットケーキミックス 無塩バター 砂糖 卵 牛乳 脱脂粉乳	御飯 米 炒めビーフン ビーフン 豚肉(ばら) にんじん キャベツ しょうゆ 酒 みりん ごま油 きゅうりの塩昆布和え きゅうり 塩こんぶ すまし汁 木綿豆腐 えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ 酒 食塩 牛乳 牛乳 りんご りんご
31 牛乳 チーズ					
ごま塩御飯 米 黒ゴマ 食塩 醤油ラーメン ゆで中華めん 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ もやし ねぎ しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん かつおだし汁 ごぼうサラダ ごぼう きゅうり にんじん ひじき しょうゆ 雑炊 米 にんじん 鶏もも肉(皮付き) えのきたけ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒					