

1月 予定献立表

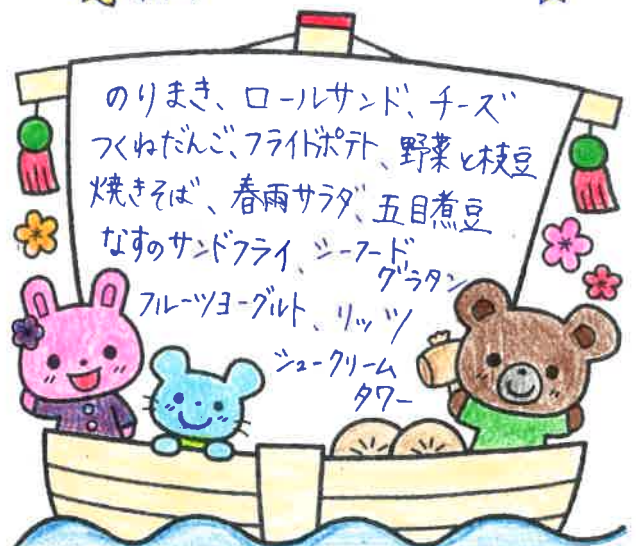
H29.1.4 花川戸保育園

日	曜	献立名	おやつ	熱とかに なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
4	水	あんかけ焼きそば カニカマサラダ 玉ねぎと卵のスープ	牛乳 お茶 おにぎり	中華麺 マヨネーズ ごま油	豚肩ロース カニカマ 卵、鮭	人参、玉ねぎ 白菜、キャベツ きゅうり	596 23.2
5	木	ごはん 牛肉のつけ焼き 中華サラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 牛乳 *1 ウエハース	ごはん ごま ごま油	牛肉 豆腐 油あげ	玉ねぎ、りんご もやし、レタス 人参、ほうれん草 長ねぎ	573 21.4
6	金	新年子どもパーティー	ゼリー	ごはん、マカロニ パン、油 中華麺、ごま油 マヨネーズ、バター	鶏ひき肉、チーズ、パン 豚肩ロース、牛ひき肉 卵、牛乳、えび、納豆 生クリーム、ヨーグルト	人参、玉ねぎ 白菜、キャベツ きゅうり、ほうれん草 ごぼう、りんご、果物	609 24.2
7	土	ベーコンレタスサンド パプリカのソテー クリームツォー	ヨーグルト 牛乳 クッキー	パン	ベーコン ツナ 牛乳	レタス、パプリカ 玉ねぎ、人参 じゃが芋	586 21.6
10	火	スープパゲティ エリンギと ベーコンのソテー ポイルドワインター バナナ	オレンジジュース お茶 *2 苺ロール	スパゲティ バター	豚肩ロース ベーコン、ウィンター 生クリーム	人参、玉ねぎ じゃが芋、ピーマン エリンギ、えのき バナナ	572 18.4
11	水	納豆とふりかけごはん 鶏のからあげ トマリ豆腐 のっぺい汁	牛乳 お茶 ピーナツバターサボ	ごはん 油、ピーナツバター ごま油、パン	鶏もも肉 納豆、卵 豆腐	人参、いんげん 野、大根	602 23.6
12	木	バターロール 魚のチーズ焼き ほうれん草とベーコンのソテー じゃがいものスープ	牛乳 しょうゆ ラーメン	パン バター 中華麺	カレー チーズ、牛乳 ベーコン、なると	トマト、玉ねぎ ブロッコリー、ほうれん草 かぼちゃ	605 29.5
13	金	ビビンバ丼 ツナマカロニサラダ わかめスープ みかん	牛乳 お茶 *3 カントック	ごはん、マカロニ ごま、ごま油 マヨネーズ、油	牛肉 卵、ツナ ウィンター	人参、豆もやし ニラ、きゅうり 玉ねぎ、長ねぎ わかめ、みかん	609 18.3
14	土	かきたまそうめん ほうれん草のおひたし 洋梨	プリン 牛乳 おせんべい	ひやむぎ	卵 ちくわ	人参、ニラ 玉ねぎ、洋梨 ほうれん草	561 16.3
16	月	豚ニラ丼 くずきりのあえもの さつま汁 パイン	牛乳 牛乳 ゴフレット	ごはん ごま油	豚ひき肉 カニカマ、油あげ 鶏胸肉	ニラ、もやし きゅうり、長ねぎ 大根、人参 ごぼう、いんげん	582 23.8
17	火	ごはん 春巻き きゅうりとトマトのタル 石狩汁	飲むヨーグルト お茶 パン、マヨネーズ	ごはん 油、ごま ごま油、バター	豚ひき肉 鮭、卵 牛乳	ニラ、もやし たけのこ、きゅうり トマト、じゃが芋 玉ねぎ、人参、大根	602 18.8
20	金	茶めし おでん ほうれん草のごまあえ みかん	牛乳 牛乳 かぼちゃもち	ごはん ごま、上新粉 ちくわぶ	揚げボール はんぺん 卵、チーズ	大根、みかん ほうれん草 かぼちゃ	603 22.5
23	月	ドライカレー ミモザサラダ かきたまスープ 洋梨	牛乳 牛乳 おせんべい	ごはん バター マヨネーズ	豚ひき肉 牛ひき肉 ハム、卵	玉ねぎ、人参 トマト、ピーマン キャベツ、きゅうり えのき、万能ねぎ	610 20.3

<今月の変更メニュー>

- *1. 19日 → お茶、ミニ肉まん
- *2. 24日 → 手作り卵パイ

★ 新年子どもパーティーメニュー ★



あけましておめでとうございます
今年も安心・安全で子ども達に喜ばれる給食を提供していきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。1月6日は新年子どもパーティーです。皆で楽しく新年をお祝いしましょう♪

