

R6 1月の給食献立表



日 (曜日)	15・29 月	16・30 火	17・31 水	4・18 木	5・19 金	6・20 土	22 月	9・23 火	10 水	24 水	11・25 木	12・26 金	13・27 土
昼食	【ごはん】 七分つき米 【マーボー豆腐】 木綿豆腐 豚ひき肉・ねぎ たまねぎ・油 しょうが・みそ しょうゆ・砂糖 酒・片栗粉 【はるさめサラダ】 春雨・きゅうり にんじん・酢 コーン・しょうゆ 砂糖・油 【中華スープ】 じゃがいも チンゲンサイ 油・鶏だし・塩	【ごはん】 七分つき米 【ポークカレー】 油・豚肉 にんじん・南瓜 たまねぎ グリーンピース ノンビーフルー 濃厚ソース・塩 【切干大根の煮物】 切干大根・だし にんじん 油揚げ・砂糖 しょうゆ・みりん 【豚汁】 豚肉・油 だいこん・にんじん 油揚げ・しめじ ねぎ・みそ	【ごはん】 七分つき米 【ささみフライ】 鶏ささ身・油 パン粉・小麦粉 ケチャップ 【小松菜とコーンの和え物】 こまつな・コーン にんじん しょうゆ・砂糖 【豚汁】 豚肉・油 だいこん・にんじん 油揚げ・しめじ ねぎ・みそ	【ごはん】 七分つき米 【松風焼き】 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 片栗粉 みそ・酒・みりん あおのり 【さつまいもきんとん】 さつまいも 桃缶・砂糖・塩 【そうめん汁】 そうめん・しめじ 鶏ささみ・だし しょうゆ・塩 にんじん	【ポトフ】 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ キャベツ にんじん 洋風だし・塩 【焼きビーフン】 油・豚肉 にんじん・ピーマン ニラ・青梗菜 ビーフン・しょうゆ ウスターソース 鶏だし 【ゆでブロッコリー】 ブロッコリー	【チャーハン】 七分つき米 豚ひき肉・油 たまねぎ・塩 にんじん・酒 ピーマン・しょうゆ あおのり 【厚揚げの煮物】 生揚げ・だし たまねぎ・しょうゆ 酒・砂糖 【みそ汁】 かぼちゃ・だし だいこん・みそ ごぼう	【ミートスパゲティ】 スパゲティ・砂糖 豚ひき肉・油 たまねぎ・しょうゆ にんじん・片栗粉 ケチャップ・塩 ウスターソース 【南瓜の磯辺揚げ】 かぼちゃ・米粉 あおのり・油	【ごはん】 七分つき米 【さけの西京焼き】 さけ・白みそ みりん・砂糖 【はるさめともやしのソテー】 春雨・もやし・塩 にんじん・コーン にら・しょうゆ・油 にんじん・コーン にら・しょうゆ・油 【すまし汁】 豆腐・だいこん ねぎ・だし・しお しょうゆ	【炊き込み御飯】 七分つき米 鶏ひき肉・砂糖 にんじん・ひじき 切干大根・しょうゆ 切り干しだいこん 【ハンバーグ】 油・豚ひき肉 たまねぎ・片栗粉 パン粉・豆乳 ケチャップ 濃厚ソース 【パスタサラダ】 スパゲティ きゅうり・キャベツ 濃厚ソース 【パスタサラダ】 スパゲティ きゅうり・キャベツ にんじん・塩 ケチャップ ノンエッグマヨネーズ 【みそ汁】 豆腐・だいこん わかめ・だし みそ	【ごはん】 七分つき米 【肉じゃが】 豚肉・じゃがいも たまねぎ・にんじん グリーンピース 油・だし・砂糖 しょうゆ・みりん 【パスタサラダ】 スパゲティ きゅうり・キャベツ にんじん・塩 ケチャップ ノンエッグマヨネーズ 【みそ汁】 豆腐・だいこん わかめ・だし みそ	【ごはん】 七分つき米 【鶏とマカロニグラタン】 豚肉・たまねぎ 油・鶏肉・チーズ たまねぎ・マカロニ しめじ・牛乳 洋風だし・パン粉 無塩バター・小麦粉 【ほうれん草のしらすあえ】 ほうれんそう にんじん しらす干し しょうゆ 【みそ汁】 はくさい・にんじん えのき茸・生揚げ だし・みそ	【ごはん】 七分つき米 【鶏とマカロニグラタン】 豚肉・たまねぎ 油・鶏肉・チーズ たまねぎ・マカロニ しめじ・牛乳 洋風だし・パン粉 無塩バター・小麦粉 【ほうれん草のしらすあえ】 ほうれんそう にんじん しらす干し しょうゆ 【みそ汁】 はくさい・にんじん えのき茸・生揚げ だし・みそ	【豚肉のみそ丼】 七分つき米 豚肉・たまねぎ 油・みそ・しょうゆ チンゲンサイ 酒・みりん・片栗粉 【キャベツの酢の物】 キャベツ にんじん きゅうり カットわかめ 酢・砂糖・しょうゆ 【すまし汁】 鶏もも肉 だいこん だし・しょうゆ・塩
	おやつ	【かぼちゃかん】 かぼちゃ・砂糖 豆乳 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【バナナ】 【にぼし】 【牛乳】	【チヂミ】 キャベツ・にら たまねぎ・片栗粉 小麦粉・しょうゆ 鶏だし・油 【にぼし】 【牛乳】	【ホットケーキ】 小麦粉・砂糖 牛乳・油 シロップ ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【ツナマヨサンド】 食パン・ツナ ノンエッグマヨネーズ 【にぼし】 【牛乳】	【煎餅】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【おこわおにぎり】 もち米・ひじき にんじん・ごぼう しめじ・鶏肉 しょうゆ・塩 みりん・酒 【にぼし】 【牛乳】	【蒸しパン】 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー 豆乳・さつまいも 干しぶどう 【にぼし】 【牛乳】	【りんごケーキ】 りんご・砂糖 干しぶどう・粉糖 小麦粉・油 ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【ふかしいも】 【棒チーズ】 【にぼし】 【牛乳】	【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト・バナナ みかん缶・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【豆腐揚げボール】 木綿豆腐・塩 しらす干し・油 キャベツ・あおのり かつお節 中濃ソース 片栗粉 【にぼし】 【牛乳】



※【にぼし】は幼児のみです