

2024年01月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ									
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの										
1	月							17	水	御飯 ハンバーグ ひじきの煮物 粉ふき芋	鶏肉五目みそ汁 オレンジ	せんべい ジュース	米、じゃがいも、さといも、パン粉、砂糖、油	豚ひき肉、鶏ひき肉、木綿豆腐、卵、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご天然果汁、オレンジ、たまねぎ、はくさい、にんじん、だいこん、ひじき、あおのり	ヨーグルト								
2	火							18	木	御飯 さけのマヨコーン焼き 豆腐みそ汁 切干大根の旨煮		スティックパン 牛乳	米、食パン、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、さけ、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、たまねぎ、ねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、カットわかめ	クラッカー								
3	水							19	金	中華おこわ ちくわカレー揚げ 揚げ餃子 ほうれんそうの白和え	ウィンナーのスープ プチダノン	★おたのしみ 牛乳	七分つき米、もち米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、バター、油、ごま油	牛乳、ヨーグルト(加糖)、木綿豆腐、ちくわ、豚肉(肩ロース)、ウインナーソーセージ、脱脂粉乳	ほうれんそう、キャベツ、にんじん、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、ごま、干しいたけ	野菜ジュース								
4	木	御飯 煮込みハンバーグ ほうれん草のごま和え みそ汁	せんべい ジュース	米、じゃがいも、砂糖	米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)	りんご天然果汁、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、すりごま	クラッカー	20	土	フィッシュサンド バナナ 牛乳														
5	金	御飯 タンドリーチキン キャベツのツナマヨあえ 五目みそ汁	ビスケット 牛乳	米、さといも、マヨネーズ、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	キャベツ、もやし、きゅうり、だいこん、たまねぎ、ねぎ、レモン果汁、にんにく	野菜ジュース	21	日															
6	土	ツナサンド バナナ 牛乳						22	月	御飯 メンチかつ 小松菜納豆あえ 五目みそ汁	バナナ	せんべい ジュース	米、さといも	挽きわり納豆、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節	りんご天然果汁、バナナ、キャベツ、こまつな、だいこん、ねぎ、コーン缶	飲むヨーグルト								
7	日							23	火	御飯 大根そぼろ煮 マカロニサラダ なめこみそ汁		ビスケット 牛乳	米、マカロニ・スパゲティ、砂糖、マヨネーズ、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、さつま揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、淡色みそ	だいこん、キャベツ、にんじん、ねぎ、なめこ、きゅうり	チーズ								
8	月							24	水	チキンカレー ブロッコリーのマヨネーズあえ 福神漬 オレンジ		★パウンドケーキ 牛乳	七分つき米、じゃがいも、ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、押麦、マヨネーズ	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、卵	オレンジ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、福神漬、コーン缶	ビスケット								
9	火	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 大根サラダ わかめスープ	ヨーグルト おやつ小魚(以)	米、マヨネーズ、砂糖	元気ヨーグルト、生揚げ、豚肉(ばら)、ツナ油漬缶、おやつ小魚、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、たまねぎ、レタス、きゅうり、にんじん、コーン缶、だいこん、ピーマン、ねぎ、たけのこ(ゆで)、カットわかめ、しょう	チーズ	25	木	ラーメン きゅうりの梅和え フライドポテト グレープフルーツ		★わかめおにぎり 牛乳	生中華めん、フライドポテト、七分つき米、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、なると	グレープフルーツ、きゅうり、キャベツ、もやし、にんじん、にら、コーン缶、うめ干し、ごま、カットわかめ	ゼリー								
10	水	御飯 油淋鶏 ほうれんそうの納豆和え ミネストローネ	★ホットケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、マカロニ・スパゲティ、メープルシロップ、片栗粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、挽きわり納豆、卵、豚ひき肉、かつお節	グレープフルーツ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、キャベツ、カットマト缶詰、ねぎ、セロリ、にんにく	ビスケット	26	金	御飯 さばのみそ煮 蒸し鶏のごまだれ キャベツのすまし汁			米、ごまドレッシング、砂糖	さば、鶏むね肉(皮付き)、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、きゅうり、ねぎ、えのきたけ、大豆もやし、にんじん、しょうが	せんべい								
11	木	ハヤシライス 春雨サラダ みかん	クッキー 牛乳	七分つき米、じゃがいも、押麦、はるさめ、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(ばら)、ハム	みかん、たまねぎ、きゅうり、にんじん、マッシュルーム、コーン缶	せんべい	27	土	コロッケサンド バナナ 牛乳														
12	金	ロールパン コーンクリームシチュー ウインナー しゅうまい	せんべい ジュース	じゃがいも、ロールパン、油	牛乳、鶏もも肉、ウインナーソーセージ	りんご天然果汁、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)	ゼリー	28	日															
13	土	たまごサンド バナナ 牛乳						29	月	御飯 肉じゃが ひじきとキャベツのサラダ 小松菜のみそ汁		せんべい ジュース	米、じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)	りんご天然果汁、たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、ひじき	牛乳								
14	日							30	火	中華丼 ツナサラダ たまねぎのみそ汁 みかん		プリン おやつ小魚(以)	七分つき米、マヨネーズ、押麦、片栗粉、ごま油	豚肉(肩ロース)、ツナ油漬缶、かまぼこ、米みそ(淡色辛みそ)、おやつ小魚	みかん、たまねぎ、キャベツ、レタス、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、たけのこ(ゆで)、しいたけ、黒きくらげ、しょうが、カット	FeCaウエハース								
15	月	カレーうどん ブロッコリーのミモザサラダ いちご	★鮭おにぎり 牛乳	ゆでうどん、米、マヨネーズ	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、さけ、油揚げ	いちご、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごま	牛乳	31	水	キャベツときのこの和風パスタ ポテトサラダ コーンわかめスープ 鉄チーズ		スティックパン 牛乳	食パン、スパゲティ、じゃがいも、マヨネーズ、オリーブ油、無塩バター	牛乳、豚肉(もも)、ハム	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しめじ、しいたけ、ねぎ、カットわかめ	ヨーグルト								
16	火	すき焼き丼 パスタサラダ バナナ	★お麩ラスク 牛乳	米、マヨネーズ、マカロニ・スパゲティ、マーガリン、焼ふ、砂糖	牛乳、焼き豆腐、豚肉(肩ロース)、ハム	バナナ、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、ねぎ、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ	FeCaウエハース	<table border="1"> <tr> <td rowspan="4">1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)</td> <td>エネルギー</td> <td>506 kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>19.3 g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>17.1 g</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td>1.9 g</td> </tr> </table>								1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	506 kcal	たんぱく質	19.3 g	脂質	17.1 g	塩分	1.9 g
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	506 kcal																						
	たんぱく質	19.3 g																						
	脂質	17.1 g																						
	塩分	1.9 g																						

○献立は仕入れの都合により変更することがあります
 ○★印は手作りおやつです
 ○土曜日のおやつは人数が確定してから決めます