



令和5年 1月 献立表



勾金保育所

日付	月	火	水	木	金	土
曜日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
献立名	☆献立表が新しくなりました☆		根菜カレー マカロニサラダ トマト	魚の照りマヨ焼き 青菜の和え物 玉ねぎのすまし汁	野菜ちゃんぽん 鶏肝煮	麻婆丼 わかめスープ 牛乳
おや	今月の果物 みかん・りんご いちご・バナナ		みたらし団子 牛乳	カップdeヤクルト お菓子	七草がゆ ヤクルト	お菓子 果物
主な材料			豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大根 れんこん マカロニ きゅうり コーン シーチキン トマト 果	赤魚 片栗粉 小松菜 人参 きゅうり キャベツ コーン ちくわ 玉ねぎ 果物 ヨーグルト お菓子	豚肉 えび いか チンゲン菜 人参 玉ねぎ コーン うずら ピーマン 玉ねぎ キャベツ 鶏肝 しょうが 果物	豚ミンチ 玉ねぎ しめじ 人参 米 わかめ ごま 牛乳 お菓子 果物
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
献立名	成人の日		魚のみぞれ煮 みそマヨ和え おふのすまし汁	スペイン風オムレツ ひじきサラダ トマト コンソメスープ	(餅丸め) 牛井 たくあん 黒豆	わかめうどん 煮卵 牛乳
おや	焼りんごパン 牛乳		ぜんざい 牛乳	マカロニスティック 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳	お菓子 果物
主な材料	参 じゃが芋 コーン ブロッコリー 塩鮭 果物 焼りんごパン 牛乳		鯖 大根 キャベツ 人参 きゅうり カニカマ 卵 ほうれん草 玉ねぎ おふ 小ネギ 果物 小豆	ベーコン 玉ねぎ 卵 じゃが芋 ひじき 人参 きゅうり コーン トマト パセリ 果物 マカロニ コンソメ 牛乳	もち米 黄粉 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ 米 たくあん 黒豆 果物 ぶどうゼリー 牛乳	うどん わかめ 小ネギ かまぼこ 卵 牛乳 果物 お菓子
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
献立名	鶏天 おかか和え 大根のみそ汁 味のり	おでん 焼魚 (塩鮭)	魚のミンチ揚げ 拌三絲 えのきの中華スープ	(誕生会) 煮込みハンバーグ 目玉焼き ポテト スパゲッティサラダ	クロquette トマト 五目ひじき煮 野菜スープ	親子丼 たくあん 牛乳
おや	フレンチトースト 牛乳	マカロニ黄粉 牛乳	☆芋きんとん 牛乳	ケーキ 牛乳	クリームパン 牛乳	お菓子 果物
主な材料	鶏肉 天ぷら粉 卵 ほうれん草 きゅうり 人参 キャベツ ちくわ 大根 玉ねぎ 小ネギ 味のり 果物 食パン 牛乳	チキンボール 人参 大根 こんにゃく 厚揚げ 卵 かまぼこ 塩鮭 果物 マカロニ 黄粉 牛乳	魚のミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう ひじき 卵 豆腐 きゅうり 春雨	合挽ミンチ 玉ねぎ 豆腐 卵 トマト ブロッコリー スパゲッティ コーン きゅうり シーチキン	合挽ミンチ じゃが芋 人参 玉ねぎ 卵 トマト ひじき ごぼう 大豆 油揚げ かまぼこ キャベツ コーン 果物 クリームパン 牛乳	鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 えのき 小ネギ たくあん 牛乳 お菓子 果物
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
献立名	団子汁 焼魚 (塩鯖)	トンカツ ト ☆カニカマと コーンの卵炒め	鮭の味噌焼き ポテトサラダ 味のり 大根のすまし汁	春巻き 切昆布煮 コーンの中華スープ	☆味噌ラーメン 唐揚げ 温野菜	☆和風スパゲッティ こぶき芋 牛乳
おや	手作りラスク 牛乳	☆ソフルレモン お菓子	海鮮チヂミ 牛乳	リンゴゼリー 牛乳	わんぱくもち 牛乳	お菓子 果物
主な材料	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう 白菜 こんにゃく すいとん粉 小ネギ 塩鮭 果物 食パン 牛乳	豚肉 卵 トマト カニカマ コーン ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 小ネギ 果物 ヨーグルト お菓子	鮭 じゃが芋 人参 きゅうり コーン シーチキン 味のり 大根 玉ねぎ 小ネギ 果物 えび 小麦粉 ニラ 牛	豚肉 皮 春雨 人参 玉ねぎ 竹の子 きくらげ ニラ 切昆布 ごぼう 大豆 高野豆腐 かまぼこ	麵 もやし コーン ほうれん草 卵 鶏肉 ブロッコリー 果物 米 ちりめん チーズ わかめふりかけ 牛乳	ベーコン しめじ 玉ねぎ 人参 小松菜 じゃが芋 牛乳 お菓子 果物
日付	30日	31日	※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。 ※ご飯がいらぬ日には日付を■で塗っています。 ※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーンやフォークを持たせてください。 ※手作りおやつは赤文字にしています。 ※新しいメニューには☆印を付けています。 ♪野菜は主に、香春道の駅の物を使っています。			
献立名	肉じゃが ちくわの変わり揚げ 白菜のみそ汁	魚の野菜焼き きんちゃく卵 金時豆煮 わかめのすまし汁				
おや	☆ベイクドチーズケーキ 牛乳	ポテトもち 牛乳				
主な材料	牛肉 糸こんにゃく 人参 玉ねぎ しめじ じゃが芋 ちくわ 大豆 青のり 白菜 油揚げ	カレイ 人参 玉ねぎ えのき しめじ ピーマン 油揚げ 卵 豆腐 金時豆 わかめ 小ネギ じゃが芋 バター 片栗				