



こんだてひょう



令和4年1月 南加納保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	17 31	牛乳 せんべい	魚のチーズ焼き おかか和え 豆腐スープ・果物	鮭切り身・小麦粉・マヨネーズ・醤油・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン 白菜・ほうれん草・人参・かつおぶし・醤油 豆腐・人参・にら・(乾)わかめ・醤油・鶏がら/パイン缶	ごはん	牛乳・ピーチケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・黄桃 砂糖・卵・牛乳・バター・スキムミルク
火	4 18	牛乳 りんご	コーンシチュー きゃべきゃべサラダ ウインナー	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・ホールコーン・油・バター シチュー素・牛乳・塩こしょう きゃべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩・こしょう/ウインナー	パン	お茶 カップヨーグルト クッキー
水	5 19	牛乳 卵ボーロ	かぼちゃのそぼろあん 大根の酢の物 小松菜の味噌汁	南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉葱・人参・油・砂糖・醤油・片栗粉・だし汁 大根・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 小松菜・人参・厚揚げ・しめじ茸・玉葱・みそ・煮干	ごはん	牛乳・ストロベリーマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・卵・豆乳・油・ジャム
木	6 20	飲むヨーグルト	揚げ魚のごま和え 添え野菜 大根の味噌汁	白身魚・塩・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・ごま(レモン汁) レタス・トマト・(マヨネーズ) 大根・厚揚げ・人参・にら・みそ・煮干	ごはん	お茶・七草雑炊 鶏肉・干し椎茸・ほうれん草・人参 大根・里芋・ごぼう・えのき豆・醤油・塩・煮干
金	7 21	牛乳 チーズ	鶏肉のマーマレード煮 スパゲティサラダ 豆乳スープ	鶏肉・マーマレード・醤油 ツナ缶・きゅうり・人参・サラダスパゲティ・レタス・マヨネーズ 豆乳・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ベーコン・コーン缶・パセリ・コンソメ	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
土	8 22	牛乳 クラッカー	どさんこラーメン じゃこ炒め 果物	中華麺・豚肉・しょうが・にんにく・油・きゃべつ・人参・もやし・ホールコーン・葱・みそ ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油/バター・醤油・だし汁 バナナ		牛乳 スティックパン
月	24	牛乳 ビスコ	みそおでん ほうれん草ともやしのごま和え 果物	卵・さつま揚げ・鶏手羽中・人参・大根・昆布・みそ・砂糖・醤油・だし汁 ほうれん草・もやし・人参・ごま・砂糖・醤油 オレンジ	ごはん	お茶 ぼたもち
火	11 25	牛乳 あられ	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールー・にんにく・りんご ひじき・しらす・人参・きゅうり・プロセスチーズ・ごま・ごま油・酢・醤油・砂糖 りんご	ごはん	牛乳 プリン
水	12 26	飲むヨーグルト	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ 野菜スープ	鶏肉・しょうが・にんにく・醤油・塩・こしょう・油・片栗粉・油 カリフラワー・ブロッコリー・ホールコーン・ベーコン・マヨネーズ きゃべつ・玉ねぎ・人参・乾燥わかめ・醤油・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳・メロントースト 食パン・ホットケーキミックス・牛乳 バター・砂糖・スキムミルク・レモン汁
木	13 27	牛乳 丸ボーロ	鮭みそバター焼き 春雨の酢の物 中華スープ・みかん	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ・しょうが汁 春雨・きゅうり・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 玉ねぎ・人参・にら・椎茸・醤油・ごま油・塩こしょう /みかん	ごはん	お茶 みるくっこ 牛乳・砂糖・片栗粉・きな粉・砂糖
金	28	牛乳 パイン缶	牛肉とごぼうの炒め煮 白菜とりんごのサラダ 豆腐のみそ汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま 白菜・人参・りんご・砂糖・酢・塩・油 豆腐・人参・しめじ茸・玉ねぎ・ねぎ・みそ・煮干	ごはん	牛乳・じゃこ入りいも天 さつま芋・ちりめん・卵 小麦粉・塩・青のり・油
土	15 29	牛乳 クッキー	中華丼 きゅうりとちくわの酢の物 果物	豚肉・いか・むきえび・人参・椎茸・白菜・たけのこ・ねぎ・砂糖・醤油 きゅうり・乾燥わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・醤油/ごま油・片栗粉 バナナ		牛乳 ミニパン
誕生会	14	牛乳 せんべい	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ・きゃべつサラダ かきたま汁・果物	ちりめん・干し椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・竹の子・かまぼこ・砂糖・醤油・煮干・だし昆布・砂糖・酢・塩・ごま 鶏肉・生姜・みりん・醤油・片栗粉・油 / 胡瓜・ロースハム・きゃべつ・マカロニ・マヨネーズ 卵・えのき茸・乾燥わかめ・葱・醤油・煮干 / みかん缶		牛乳 ゼリー

*都合によりメニューの変更があります。ご了承ください。