



令和 6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	22	牛乳 せんべい	魚の香り焼き 白和え お麩のすまし汁	魚切り身・白ごま・にんにく・生姜・葱・砂糖・酒・醤油・みりん・油 小松菜・人参・豆腐・ごま・みそ・砂糖・みりん 麩・(乾)若布・人参・しめじ茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳・いちごマフィン 小麦粉・ベーキングパウダー ・卵・砂糖・ジャム・バター・豆乳
火	9 23	牛乳 コーンフレーク	おでん もやしのナムル 果物	卵・さつま揚げ・鶏手羽中・人参・大根・刻み昆布・醤油・みりん・煮干し もやし・ほうれん草・砂糖・酢・醤油・酢・すりごま・ごま油 みかん	ごはん	お茶・ウエハース フルーツヨーグルト ヨーグルト・黄桃缶・パイン缶
水	10 24	牛乳 棒チーズ	揚げ魚のごま和え 添え野菜 大根のみそ汁	白身魚・塩・酒・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・白ごま・レモン汁 きゃべつ・塩・トマト 大根・人参・豆腐・(乾)若布・みそ・煮干し	ごはん	お茶・せんべい 煮豆 金時豆・ざらめ・塩
木	11 25	牛乳 クッキー	コーンシチュー きゃべきゃべサラダ	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・ホールコーン・クリームコーン 油・バター・小麦粉・牛乳・塩・鶏がら きゃべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩	ロールパン	お茶 若布ごはん 米・若布ご飯の素・ごま
金	26	牛乳 卵ボーロ	南瓜のそぼろあん 大根と胡瓜の酢の物 厚揚げのみそ汁	南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉ねぎ・人参・油・砂糖・醤油・酒・片栗粉・だし汁 大根・かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 厚揚げ・ほうれん草・人参・しめじ茸・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・クラッカー 手作りプリン プリンの素・牛乳・水
土	13 27	牛乳 丸ぼうろ	どさんこラーメン 胡瓜のおかか和え	中華麺・豚肉・卵・生姜・にんにく・油・きゃべつ・人参・もやし・ホールコーン ・葱・みそ・バター・醤油・鶏がら 胡瓜・かつお節・醤油		牛乳 バナナ くろぼう
月	15 29	牛乳 ビスケット	魚のみそバター焼き 春雨の酢の物 白菜のコトコトスープ	魚切り身・バター・みそ・砂糖・酒・醤油・しょうが 春雨・胡瓜・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 白菜・じゃが芋・鶏肉・玉ねぎ・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩・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・グラニュー糖
火	16 30	飲む ヨーグルト	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ かきたまスープ	鶏肉・生姜・にんにく・醤油・塩・酒・片栗粉・油 ブロッコリー・カリフラワー・ホールコーン・ベーコンマヨネーズ えのき茸・玉ねぎ・人参・葱・卵・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ かりんどう
水	17 31	牛乳 せんべい	魚と野菜の甘酢あん 胡瓜の昆布和え 若布のみそ汁	魚切り身・生姜・酒・醤油・片栗粉・油・生椎茸・玉ねぎ・人参・ピーマン 胡瓜・塩昆布・砂糖・酢・醤油・片栗粉 (乾)若布・豆腐・葱・えのき茸・みそ・煮干し	ごはん	お茶・七草ぞうすい 米・鶏肉・干椎茸・ほうれん草 人参・大根・里芋・ごぼう・えのき茸・醤油・塩・煮干し
木	4 18	牛乳 クッキー	カレー ひじきとチーズのサラダ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレーパウダー・にんにく・りんご ひじき・砂糖・醤油・しらす干し・人参・胡瓜・プロセスチーズ・ごま ・ごま油・酢・醤油・塩・砂糖	ごはん	牛乳・ココアケーキ 小麦粉・ココア・ベーキングパウダー 卵・バター・砂糖・牛乳
金	5 19	牛乳 ビスコ	とろーりチーズのポークケチャップ 切干大根サラダ もずくのスープ	豚肉・玉ねぎ・酒・油・片栗粉・ケチャップ・醤油・酒・砂糖・とろけるチーズ・パセリ 切干大根・胡瓜・人参・ツナ缶・酢・油・醤油・砂糖 もずく・豆腐・えのき茸・人参・葱・煮干し・だし昆布	ごはん	お茶・じゃこ入りいも天 さつま芋・ちりめんじゃこ 小麦粉・卵・塩・青のり・油
土	6 20	牛乳 コーンフレーク	中華丼 果物 胡瓜とちくわの酢の物	豚肉・いか・むきエビ・人参・生椎茸・白菜・玉ねぎ・ゆで竹の子・葱・ バナナ・砂糖・醤油・塩・ごま油・片栗粉・鶏がら 胡瓜・(乾)若布・ちくわ・ごま・酢・砂糖・醤油	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会	12	牛乳 卵ボーロ	ビビンバ風ごはん チーズ入りチヂミ・果物 韓国風サラダ・若布スープ	もやし・ほうれん草・人参・鶏がら・ごま油・塩・醤油・にんにく・ごま・合いびきミンチ・焼肉のたれ・生姜 ニラ・人参・玉ねぎ・小麦粉・片栗粉・チーズ・卵・油・醤油・ごま油・みかん 人参・胡瓜・ブロッコリー・もみ海苔・ごま油・(乾)若布・えのき茸・玉ねぎ・鶏がら・塩		牛乳 ロールケーキ

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。