

1月 給食だより

日付	献立	使用食品	朝のおやつ	おやつ	日付	献立	使用食品	朝のおやつ	おやつ
5 (土)	鶏うどん 青菜の炒め煮 果物	うどん・鶏もも肉・玉ネギ・人参・色板・生しいたけ・うす揚・ネギ・出し・しょうゆ・みりん/小松菜・人参・厚揚・油・さとう・しょうゆ・酒/みかん	ビスケット ヨーグルト	サブレ 牛乳	19 (土)	ロールパン ピーフシチュー サラダ 果物	ロールパン/じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・ホールトマト缶・油・デミグラスソース/ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ドレッシング/みかん	ビスケット ヨーグルト	クッキー 牛乳
7 (月)	チャンポン麺 海藻サラダ チーズ	中華そば・白菜・玉ネギ・人参・もやし・豚スライス肉・干しいたけ・ナルト・ピーマン・タケノコ水煮・油・ガラスープ・塩・しょうゆ・ゴマ油・片栗粉/胡瓜・海藻ミックス・人参・シーチキン缶・コーン缶・ドレッシング/チーズ	小魚 ミルク	七草おにぎり みそ汁	21 (月)	牛丼 ごま酢和え みそ汁	米・牛スライス肉・玉ネギ・春菊・糸こんにやく・油・出し・さとう・しょうゆ・みりん/もやし・胡瓜・人参・うす揚・糸切昆布・白ごま・酢・さとう・しょうゆ/南瓜・玉ネギ・人参・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	サツマイモの 鬼まん 牛乳
8 (火)	ごはん 唐揚げ 千枚漬風 みそ汁	米/鶏もも肉・土生姜・にんにく・りんご・油・さとう・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉/かぶら・胡瓜・金時人参・糸切昆布・ゆず・白ごま・酢・さとう・塩/南瓜・玉ネギ・人参・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	フレンチトースト ヨーグルト	22 (火)	カレーうどん レバーの甘辛煮 チーズ	うどん・牛スライス肉・玉ネギ・人参・うす揚・ネギ・出し・カレールウ/鶏レバー・土生姜・にんにく・油・さとう・しょうゆ・みりん・酒/チーズ	小魚 ミルク	五平もち 牛乳
9 (水)	ごはん タラの西京焼 筑前煮 かき玉汁	米/タラ切身・油・白みそ・塩・みりん・酒/鶏もも肉・大根・金時人参・ゴボウ・レンコン・(冷)里芋・干しいたけ・油・出し・さとう・しょうゆ・みりん/卵・しろな・色板・出し・しょうゆ・みりん	小魚 カンパン ミルク	大学芋 牛乳	23 (水)	ゆかりごはん タンドリーチキン スパゲティサラダ スープ	米・ゆかり粉/鶏もも肉・土生姜・にんにく・油・玉ネギ・ヨーグルト・コンソメ・カレー粉・ケチャップ/スパゲティ・胡瓜・人参・シーチキン缶・マヨネーズ・塩/小松菜・人参・ベーコン・もやし・コンソメ・塩	小魚 カンパン ミルク	海鮮チヂミ焼 ヨーグルト
10 (木)	ふりかけごはん 中華風オムレツ 揚シューマイ 中華スープ	米・かつおふりかけ/卵・豚ミンチ・玉ネギ・人参・ニラ・生しいたけ・油・ガラスープ・塩・オイスターソース・ゴマ油/(冷)シューマイ・油/チンゲン菜・人参・ナルト・ガラスープ・塩	小魚 ミルク	にゅうめん 牛乳	24 (木)	はご板型のごはん 鮭の塩こうじ焼 法れん草のお浸し 清汁	米・鶏ミンチ・出し・さとう・しょうゆ・みりん・酒・土生姜・でんぶ・(冷)絹サヤ・出し・さとう・しょうゆ・みりん・魚肉ソーセージ・金時豆・さとう・塩・色板/鮭切身・油・塩こうじ/法れん草・黒ごま・しょうゆ/手まり麩・豆腐・ネギ・出し・しょうゆ・みりん	小魚 ミルク	アーモンドケーキ 牛乳
11 (金)	カレーライス サラダ 果物	米・じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・油・カレールウ/ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ドレッシング/りんご	小魚 ミルク	ぜんざい風 牛乳	25 (金)	赤飯 松風焼 紅白生酢 お雑煮風	米・もち米・小豆・塩・黒ごま/鶏ミンチ・玉ネギ・油・卵・パン粉・みそ・みりん・酒・白ごま/大根・金時人参・糸切昆布・白ごま・酢・さとう・塩/(冷)里芋・かぶら・金時人参・うす揚・竹輪・出し・白みそ	小魚 ミルク	ハムチートースト 牛乳
12 (土)	レーズンパン クリームシチュー サラダ 果物	レーズンパン/じゃが芋・玉ネギ・人参・鶏もも肉・クリームコーン缶・ブロッコリー・油・牛乳・クリームシチューの素/キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・シーチキン缶・ドレッシング/みかん	ビスケット ヨーグルト	クラッカー 牛乳	26 (土)	クロワッサン チャウダー風 サラダ 果物	クロワッサン/じゃが芋・玉ネギ・しめじ・人参・ベーコン・キャベツ・鶏もも肉・油・牛乳・クリームシチューの素/ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ドレッシング/みかん	ビスケット ヨーグルト	サブレ 牛乳
15 (火)	ごはん 鶏肉の梅風味焼 青菜ソテー みそ汁	米/鶏もも肉・油・塩・酒・梅干・みりん/小松菜・玉ネギ・人参・ベーコン・コーン缶・油・塩・しょうゆ/もやし・玉ネギ・人参・竹輪・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	ふかし芋 みかん 牛乳	28 (月)	ごはん 鶏肉のチリソース風 サラダ みそ汁	米/鶏もも肉・油・小麦粉・片栗粉・マヨネーズ・ケチャップ/ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ドレッシング/もやし・玉ネギ・人参・京揚げ・ネギ・出し・みそ	小魚 ミルク	おからのパンケーキ 牛乳
16 (水)	ごはん 肉じゃが 焼ししゃも みそ汁	米/じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・糸こんにやく・(冷)インゲン・油・出し・さとう・しょうゆ・みりん/ししゃも・油/しろな・人参・京揚げ・出し・みそ	小魚 カンパン ミルク	アメリカンドッグ ヨーグルト	29 (火)	ミートスパゲティ フルーツヨーグルト スープ	スパゲティ・牛ミンチ・玉ネギ・人参・ホールトマト缶・土生姜・にんにく・デミグラスソース・油・粉チーズ/ヨーグルト・黄桃缶・みかん缶・パイン缶・ブルーベリー/小松菜・人参・もやし・鶏もも肉・コンソメ・塩	小魚 ミルク	きなこパン 牛乳
17 (木)	焼そば ポテ玉サラダ みそ汁	中華そば・キャベツ・玉ネギ・人参・豚バラ肉・もやし・ピーマン・油・焼そばソース・青のり・花かつお/じゃが芋・胡瓜・人参・シーチキン缶・卵・マヨネーズ・塩/小松菜・人参・竹輪・出し・みそ	小魚 ミルク	豚まん 牛乳	30 (水)	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とじ みそ汁	米/鯖切身・油・塩/卵・高野豆腐・人参・干しいたけ・人参・(冷)絹サヤ・出し・さとう・しょうゆ・みりん/南瓜・人参・玉ネギ・ネギ・出し・みそ	小魚 カンパン ミルク	お好み焼 ヨーグルト
18 (金)	五目炊き込みチャーハン マーボ春雨 中華スープ	米・(冷)むきえび・豚肩ロース肉・油・土生姜・にんにく・りんご・さとう・しょうゆ・みりん・酒・玉ネギ・人参・ネギ・ガラスープ・ゴマ油・オイスターソース/春雨・豚ミンチ・玉ネギ・人参・ニラ・油・ガラスープ・オイスターソース・ゴマ油/チンゲン菜・人参・色板・ガラスープ・塩	小魚 ミルク	黒糖ゼリー 牛乳	31 (木)	カレーライス サラダ 果物	米・じゃが芋・玉ネギ・人参・牛スライス肉・油・カレールウ/ブロッコリー・胡瓜・トマト・コーン缶・ドレッシング/りんご	小魚 ミルク	ジャムサンド 牛乳

※仕入れの関係で、食材を変更する場合がありますので、御了承下さい。
 ◎ ★⇒新メニュー。新メニューとは、できるだけ多種類の味を体験しようという試みです。
 1/24(木) お誕生日会メニュー
 ※3歳以上児は、朝のおやつは提供していません。

《今月の給食栄養量》	
三歳未満児	エネルギー 540Kcal たんぱく質 22.1g 脂質15.8g カルシウム340mg 食塩 2.0g
三歳以上児	エネルギー603Kcal たんぱく質22.3g 脂質19.3g カルシウム235mg 食塩 2.2g