



1月の献立

平成29年度

さくらえ保育園

日	曜日	行事	1.2才朝おやつ	献立	午後おやつ	材料
4	木		牛乳 あられ	ちくわの磯揚げ 大根の酢物 切り昆布の煮物 みかん	ミルク ビスケット	ちくわ 青のり 小麦粉 卵 油 大根 人参 ごま 切り昆布 油揚げ いんげん みかん
5	金		牛乳 ウエハース	七草がゆ 厚焼き卵 酢ごぼう りんご	ミルク きなこ揚げパン	七草 卵 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 しいたけ ねぎ ひじき 油 ごぼう ごま かつお節 りんご ロールパン きなこ
6	土		おやつ	鮭ごまおにぎり		鮭 ごま
9	火		牛乳 ポーロ	高野豆腐のオランダ煮 ほうれんそうのおかか和え りんご	ミルク 昆布・おかき	高野豆腐 豚肉 片栗粉 油 じゃが芋 人参 ビーマン ほうれんそう しめじ かつお節 りんご
10	水	干し大根 作り	牛乳 みかん	白菜とベーコンのクリーム煮 ひじきの煮物 ブロッコリー	お茶 じゃこおにぎり	白菜 ベーコン 玉ねぎ コーン 人参 ほうれんそう バター 小麦粉 牛乳 生クリーム 油 ひじき 厚揚げ 煮干し ブロッコリー じゃこ
11	木	鏡開き	牛乳 チーズ	おたんじょうかい 	お茶 ぜんざい	大根 豚ミンチ ねぎ 生姜 赤魚 片栗粉 油 れんこん 人参 ごま 小松菜 えのきだけ ピーナッツ レタス いちご もち 小豆
12	金		牛乳 トースト	スパゲティミートソース 和風サラダ みかん	ミルク 蒸しパン	スパゲティ 合びきミンチ 玉ねぎ トマト缶 人参 マッシュルーム ビーマン 油 キャベツ きゅうり 紫玉ねぎ ちくわ ごま みかん
13	土		おやつ	ゆかりおにぎり		ゆかり
15	月		牛乳 じゃがバター	中華どんぶり あらめの煮物 りんご	お茶 ツナおにぎり	豚肉 いか えび うずら卵 白菜 人参 玉ねぎ しいたけ きぬさや かまぼこ 片栗粉 あらめ 油揚げ 煮干し 油 りんご ツナ
16	火		牛乳 プルーン	ラップおにぎり お好み焼き バナナ	ミルク せんべい	ゆかり 小麦粉 長芋 豚肉 キャベツ もやし ねぎ 天かす 中華種 かつお節 青のり マヨネーズ バナナ
17	水		牛乳 かんぱん	豆腐の五目揚げ かぶの酢物 みかん	ミルク のり巻きチーズ	豆腐 合びきミンチ 玉ねぎ 人参 なら 卵 ごま 片栗粉 長芋 かぶ みかん チーズ のり
18	木	まごわやさしい 抹茶教室	牛乳 ビスケット	わかめごはん ししゃものごま天ぷら 大根のそぼろ煮 里芋のみそ汁	ミルク ホットケーキ	わかめ ししゃも 小麦粉 卵 ごま 大根 人参 ミンチ いんげん 油 里芋 玉ねぎ 人参 豆腐 油揚げ しいたけ ねぎ 味噌 牛乳
19	金		牛乳 おかき	鮭の塩焼き 野菜ソテー 納豆和え	プリン	鮭 ベーコン キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン もやし 油 納豆 ほうれんそう かつお節 のり
20	土		おやつ	ごまじゃこおにぎり		ごま じゃこ
22	月		牛乳 昆布	すき焼き風煮 ブロッコリーサラダ みかん	ミルク きなこマカロニ	牛肉 白菜 白ねぎ 糸こんにゃく 人参 大根 厚揚げ 卵 油 ブロッコリー キャベツ コーン かにかま マヨネーズ みかん
23	火		牛乳 ヨーグルト	さばのみそ煮 ポテトサラダ わかめの当座煮	ミルク ピザトースト	鯖 味噌 じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ コーン りんご マヨネーズ わかめ じゃこ えのきだけ ねぎ パン ベーコン
24	水		牛乳 チーズ	おべんとうのひ 	牛乳 クリームパン	
25	木	お正月 遊び	牛乳 煮干し	チキンカレー スパゲティサラダ りんご	ミルク プルーン・クラッカー	鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ かぼちゃ 人参 大豆 しめじ 油 ルウ スパゲティ ツナ キャベツ ブロッコリー コーン マヨネーズ
26	金		牛乳 蒸し芋	味噌煮込みうどん 白和え みかん	お茶 昆布ごまおにぎり	うどん 豚肉 油揚げ ちくわ 人参 大根 白菜 ねぎ しめじ 油 味噌 ほうれんそう 豆腐 ごま みかん 昆布 ごま
27	土		おやつ	わかめおにぎり		わかめ
29	月		牛乳 ポーロ	レバーの生姜煮 かぼちゃサラダ 金時豆	ミルク くずもち	レバー 玉ねぎ なら 人参 油 かぼちゃ きゅうり りんご ハム マヨネーズ 金時豆 牛乳 片栗粉 きなこ
30	火	ふりかけ作り (にじ組)	牛乳 ウエハース	ひよこ豆のファラフェル ドレッシングサラダ みかん	ミルク チーズ・かんぱん	ひよこ豆 玉ねぎ キャベツ パセリ 片栗粉 カレー粉 油 キャベツ ブロッコリー 水菜 人参 コーン ハム みかん
31	水		牛乳 せんべい	マカロニグラタン 切干大根の煮物 バナナ	お茶 ひじきおにぎり	マカロニ 鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン 小麦粉 バター 牛乳 チーズ パン粉 切干大根 天ぷら バナナ ひじき 油揚げ

* 献立は材料の都合などにより変更することがあります

