



1月献立表及び行事予定表



かえで保育園

日付	行事	献立名	材料	おやつ
5 26 (月)	26日：月例検診	ごはん	米	ヤクルト(幼児)/牛乳(乳児) 市販菓子
鶏肉の照り焼き		鶏もも肉、しょうゆ、三温糖、みりん、しょうが、さつまいも		
ひじきサラダ		ひじき、しょうゆ、三温糖、にんじん、キャベツ、コーン缶、酢、三温糖、油		
みそ汁		焼き豆腐、もやし、カットわかめ、かつお昆布だし、米みそ(淡色辛みそ)		
		みかん	みかん	
6 (火)		ごはん	米	牛乳 さつまいもきんとん (さつまいも・砂糖) 田作り いりこ・しょうゆ・三温糖・油・白 ごま
松風焼き	鶏ひき肉、たまねぎ、葉ねぎ、パン粉、牛乳、卵、三温糖、米みそ、白ごま、油			
紅白なます	大根、にんじん、れんこん、酢、三温糖、うすくち、白ごま			
煮豆	金時豆、白インゲン豆、砂糖、水			
すまし汁	絹豆腐、カットわかめ、三つ葉、焼き豆腐、かつお昆布だし、うすくちしょうゆ、みりん			
		みかん	みかん	
7 28 (水)		菓飯	米、かぶの葉、大根の葉、白ごま、ごま油、しょうゆ	牛乳 七福がゆ (米・ゼリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコ ベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシ ロ・薄口しょうゆ)
さば/さわらの塩焼き	さば(3~5歳)/0~2歳さわら、塩、だいこん、しょうゆ			
ひじきとレンコンの和風サラダ	れんこん、ミックスビーンズ、ツナ缶、コーン缶、ひじき、しょうゆ、三温糖、マヨネーズ			
すまし汁	カットわかめ、絹豆腐、焼き豆腐、かつお昆布だし、うすくちしょうゆ、みりん、塩			
りんご	りんご			
8 29 (木)		きつねうどん	ゆでうどん、うすあげ、しょうゆ、三温糖、かつお昆布だし、うすくちしょうゆ、みりん、酒、かまぼこ、カットわかめ	牛乳 磯辺焼き (米、しょうゆ、三温糖、焼きのり)
野菜のかきあげ	ごぼう、玉ねぎ、にんじん、みつば、小麦粉、卵、水、油			
		ふかし芋	さつまいも	
		みかん	みかん	
9 30 (金)	30日：絵画指導	中華どんぶり	米、豚もも肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたげ、小松菜、三温糖、酒、しょうゆ、コンソメ、片栗粉、ごま油	牛乳 アメリカンドッグ (ソーセージ・ホットケーキ粉・油)
切干大根の甘酢和え		切干大根、きゅうり、黄ピーマン、米酢、三温糖、塩		
中華スープ		もやし、カットわかめ、絹ごし豆腐、中華だし、水		
		バナナ	バナナ	
10 31 (土)		マーボー丼	米、豚ミンチ、木綿豆腐、しょうが、葉ねぎ、ごま油、米みそ、しょうゆ、三温糖、酒、片栗粉	牛乳 市販菓子
野菜ナムル	もやし、にんじん、しょうゆ、ごま油			
中華スープ	しいたげ、カットわかめ、中華だし、水			
カップゼリー	カップゼリー			
12 (月)	☆祝 日☆			
13 (火)		ごはん	米	牛乳 シリアルクッキー (コーンフレーク・小麦粉・バター・ レーズン・砂糖・ベーキングパウ ダー)
鮭の塩焼き(大根おろし添え)	鮭、塩、だいこん、しょうゆ			
ほうれん草のおかか和え	ほうれん草、にんじん、しょうゆ、かつお節			
みそ汁	じゃがいも、かぶ、油揚げ、かぶの葉、かつお昆布だし、米みそ			
		りんご	りんご	
14 (水)	絵画指導	ごはん	米	牛乳 ショガトースト (食パン・バター・グラニュー糖)
すき焼き風煮物		牛もも肉、焼き豆腐、白菜、にんじん、えのきたけ、しらたき、白ネギ、焼き豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、三温糖		
きゅうりとわかめの酢の物		きゅうり、カットわかめ、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、白ごま		
みそ汁		切干大根、生揚げ、えのき、かつお昆布だし、米みそ(淡色辛みそ)		
		みかん	みかん	
15 (木)	・子育てカウンセリング (子育て支援) ・鏡開き	ソース焼きそば	焼きそば麺、豚ばら肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、焼きそばソース	牛乳 2~5歳：ぜんざい(もち・小豆・砂糖) 0~1歳：ぜんざい(生麩・小豆・砂糖) いりこ
もやしのごま酢和え		もやし、にら、白ごま、米酢、三温糖、塩、ごま油		
すまし汁		はくさい、えのき、カットわかめ、かつお昆布だし、淡口しょうゆ、みりん、塩		
バナナ		バナナ		
16 (金)	震災体験 津波訓練 (浜線小学校合同訓練)	おにぎり	米、塩、焼き海苔	牛乳 ミネストローネ (ソーセージ・じゃがいも・たまね ぎ・にんじん・マカロニ・コンソ メ・トマト缶・塩・三温糖) スティックパン
豚汁		豚もも肉、大根、にんじん、しいたげ、ごぼう、こんにゃく、かつお昆布だし、米みそ		
いりこ		いりこ		
みかん		みかん		
17 (土)		ケチャップチキンライス	米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、塩、コンソメ、三温糖、ケチャップ	牛乳 市販菓子
きゅうりとコーンのサラダ	きゅうり、コーン缶、油、三温糖、塩			
コンソメスープ	じゃがいも、にんじん、コンソメ、水			
カップゼリー	カップゼリー			
19 (月)		ごはん	米	牛乳 カップゼリー ビスケット
厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ水煮缶、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ、三温糖、みりん、青のり			
水菜のおじゃこ和え	水菜、にんじん、酢、三温糖、しょうゆ、しらたき、ごま油			
みそ汁	もやし、えのきたけ、カットわかめ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ			
		りんご	りんご	
20 (火)	雪あそび (ひかり・だいち)	ごはん	米	牛乳 ココアトースト (食パン・ココア・砂糖・マーガリン)
肉じゃが		牛もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、しらたき、三度豆、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、三温糖		
白和え		木綿豆腐、ひじき、しょうゆ、みりん、ほうれん草、にんじん、米みそ、しょうゆ、三温糖		
みそ汁		もやし、えのき、カットわかめ、葉ねぎ、かつお昆布だし、米みそ		
		みかん	みかん	
21 (水)		ごはん	米	牛乳 市販菓子 チーズ
ちくわの磯辺あげ	ちくわ、さつまいも、小麦粉、水、青のり、油			
春雨サラダ	春雨、きゅうり、黄ピーマン、にんじん、ごま油、米酢、三温糖、しょうゆ			
みそ汁	だいこん、厚揚げ、カットわかめ、かつお昆布だし、			
		バナナ	バナナ	
22 (木)		カレーうどん	ゆでうどん、牛もも肉、たまねぎ、かつお昆布だし、カレールウ、しょうゆ、片栗粉、水	牛乳 ゆきもち (さつまいも)
野菜の炒め物	ブロッコリー、にんじん、コーン缶、バター、塩			
いりこ	いりこ			
煮豆	金時豆、砂糖、塩			
りんご	りんご			
23 (金)	音楽指導	ごはん	米	牛乳 マシュマロクラッカー (クラッカー・マシュマロ)
たらこの竜田揚げ		たら、しょうが、しょうゆ、みりん、片栗粉、小麦粉、油		
白菜のごま酢和え		白菜、にんじん、うすあげ、酢、三温糖、しょうゆ、白ごま		
みそ汁		じゃがいも、厚揚げ、葉ネギ、かつお昆布だし、米みそ(淡色辛みそ)		
		みかん	みかん	
24 (土)	西宮市職員研修	カレーライス	牛もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水、カレールウ	
カップゼリー		カップゼリー		
27 (火) お誕生会		食パン	食パン	牛乳 マフィン (ホットケーキ粉・卵・マーガリン 砂糖・牛乳・粉糖)
鮭のグラタン	鮭、塩、たまねぎ、じゃがいも、ほうれん草、小麦粉、バター、牛乳、コンソメ、とろけるチーズ、パン粉			
キャベツサラダ	キャベツ、きゅうり、米酢、三温糖、塩、油			
フチトマト	フチトマト			
コンソメスープ	かぶ、かぶの葉、エリンギ、コンソメ、水			
		りんご	りんご	

※ 延長のおやつはシガーフライ・ビスケット・ぼたぼた焼き・芋けんぴ・こんがりサクサク・黒糖かりんとう・ラムネを日替わりで提供しています。
 ※納品の都合により内容を変更する場合があります。



りょうりのへや：原・西原より

