

2021年度 1月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
4日 (火)	お弁当日			20日 (木)	肉うどん きゅうりとにんじんのごま酢和え 煮豆 りんご	うどん、豚こま肉、葉ねぎ、かまぼこ、しょうが、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、塩 きゅうり、にんじん、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、油、塩、白ごま 金時豆、砂糖 りんご	牛乳 アメリカンドッグ (ホットケーキミックス、 ウインナー、油、クチャップ)
5日 (水)	カレーライス キャベツとコーンのサラダ チーズ ゼリー	米、ツナ缶、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、しめじ、カレールウ、油 キャベツ、きゅうり、コーン缶、にんじん、酢、砂糖、塩、油 チーズ ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ	21日 (金)	ごはん おでん ほうれんそうのお浸し みそ汁 ゼリー	米 だいこん、ちくわ、こんにゃく、厚揚げ、鶏もも肉、じゃがいも、たまご、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん ほうれんそう、はくさい、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、みりん わかめ、えのき、たまねぎ、米みそ、かつお昆布だし ゼリー	牛乳 揚げパン (ロールパン、きな粉、 砂糖、油)
6日 (木)	きつねうどん ひじきの煮物 いりこ ゼリー	うどん、うすあげ、わかめ、ほうれんそう、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩 大豆、ひじき、にんじん、こんにゃく、鶏肉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖 いりこ ゼリー	牛乳 みかん/せんべい	22日 (土) かえでフェ スティバル	牛丼 きゅうりのごま酢和え みそ汁	米、牛もも肉、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖 きゅうり、もやし、ごま、酢、砂糖、塩 わかめ、絹ごし豆腐、ねぎ、かつお昆布だし、米みそ	※かえでフェスティバル参加のためだいちのみとなります。
7日 (金)	ごはん 鮭の照り焼き 紅白なます/煮豆 すまし汁 ゼリー	米 鮭、しょうゆ、みりん、砂糖 だいこん、にんじん、酢、砂糖、塩、/金時豆、砂糖 絹ごし豆腐、焼き鮭、みつば、えのき、わかめ、ゆず(幼児のみ)、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 七草かゆ/のり (米、七草、のり、塩)	24日 (月)	ごはん/手作りふりかけ ちくわの磯部揚げ/れんこんの素揚げ ほうれん草の納豆和え すまし汁 ゼリー	米、昆布、かつおぶし、ごま、しょうゆ、みりん、砂糖 ちくわ、天ぷら粉、青のり、しょうゆ、酒、油、れんこん ほうれん草、にんじん、はくさい、えのき、納豆、しょうゆ キャベツ、たまねぎ、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 白玉ぜんざい (白玉粉、小豆、砂糖) ※乳児はきなこおはぎ
8日 (土)	チキンライス キャベツのサラダ 和風スープ	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、クチャップ キャベツ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、かつお昆布だし、わかめ、しょうゆ、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	25日 (火)	ごはん 鮭のフライ ブロッコリーのおかか和え みそ汁 みかん	米 鮭、小麦粉、パン粉、卵、牛乳、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 ブロッコリー、にんじん、キャベツ、きゅうり、かつおぶし、しょうゆ、砂糖 木綿豆腐、じゃがいも、たまねぎ、ほうれんそう、えのき、米みそ、かつお昆布だし みかん	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
10日 (月)	成人の日			26日 (水)	お弁当日		牛乳 菓子パン
11日 (火)	豚丼 はくさいのごま和え みそ汁 ゼリー	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、かつお昆布だし はくさい、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、塩、油 木綿豆腐、だいこん、うすあげ、わかめ、米みそ、かつお昆布だし ゼリー	牛乳 菓子パン	27日 (木)	カレーうどん れんこんきんぴら さつまいもの甘煮 ゼリー	うどん、豚もも肉、うすあげ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、カレー粉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、塩、片栗粉 れんこん、にんじん、糸こんにゃく、いんげん、しょうゆ、みりん、砂糖 さつまいも、砂糖 ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩)
12日 (水)	ピピン丼 もやしとキャベツの中華風サラダ 中華風スープ ゼリー	米、豚ミンチ、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、みりん、ごま油、塩 キャベツ、もやし、きゅうり、しょうゆ、砂糖、ごま油 わかめ、はくさい、だいこん、にんじん、ごま、ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩 ゼリー	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、 砂糖)	28日 (金) 誕生日会	ごはん 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 野菜たっぷりスープ ゼリー	米 鶏もも肉、しょうが、酒、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、きゅうり、にんじん、りんご、コーン缶、マヨネーズ、塩 かぶ、にんじん、たまねぎ、しめじ、ベーコン、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、牛乳、砂糖、卵、 ホイップクリーム、生クリーム、 いちご、りんご)
13日 (木)	味噌ラーメン かぶとだいこんのサラダ いりこ みかん	中華麺、鶏もも肉、ほうれんそう、コーン缶、もやし、ねぎ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし、米みそ かぶ、だいこん、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、塩、油 いりこ みかん	牛乳 お麩のラスク (焼き麩、バター、砂糖)	29日 (土)	マーボー丼 キャベツのごま和え 中華風スープ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうが、かつお昆布だし、酒、米みそ、しょうゆ、砂糖 キャベツ、ごま、しょうゆ、砂糖 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
14日 (金)	ごはん 鶏肉の塩焼き 小松菜の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 鶏もも肉、塩 こまつな、はくさい、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ だいこん、うすあげ、たまねぎ、わかめ、じゃがいも、米みそ、かつお昆布だし ゼリー	牛乳 みかん/ビスケット	31日 (月)	ごはん/ひじき納豆 鮭の野菜あんかけ きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、ひじき、納豆、ごま、しょうゆ 鮭、にんじん、たまねぎ、みずな、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、かつお昆布だし きゅうり、わかめ、もやし、しらす干し、酢、砂糖、塩 ほうれんそう、さといも、うすあげ、だいこん、米みそ、かつお昆布だし ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (いよかん、りんご、バナナ)
15日 (土)	チャーハン きゅうりのサラダ 中華風スープ	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩 きゅうり、酢、砂糖、塩、油 わかめ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ				
17日 (月) 震災訓練	おにぎり 粕汁 みかん	米、うすあげ、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、味付けのり 鮭、だいこん、さつまいも、にんじん、うすあげ、ねぎ、こんにゃく、かつお昆布だし、米みそ、酒粕 みかん	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩)				
18日 (火)	ごはん/ひじき納豆 鮭の塩焼き こまつなの煮ひたし みそ汁 ゼリー	米、ひじき、納豆、ごま、しょうゆ 鮭(乳児は鱈)、塩、しょうゆ こまつな、うすあげ、えのき、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん はくさい、絹ごし豆腐、じゃがいも、わかめ、焼き鮭、米みそ、かつお昆布だし ゼリー	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、 牛乳、バター)				
19日 (水)	中華丼 ブロッコリーのごま酢和え 中華スープ ボンカン	米、豚もも肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし、片栗粉、油 ブロッコリー、にんじん、ごま、酢、砂糖、しょうゆ もやし、キャベツ、わかめ、葉ねぎ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし ボンカン	牛乳 焼きいも				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おだいどころ：栄養士廣田・坂口