

★はだいちさんの  
リクエストメニューです。

# 2023年度 1月普通食 予定献立

かえて保育園

日・曜	献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ
4日(木)	お弁当		牛乳 市販菓子	20日(土)	あんかけうどん きゅうりの酢の物 いりこ ゼリー	うどん、豚肉、たまねぎ、ねぎ、うすあげ、豚、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩、片栗粉 きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩 いりこ ゼリー	
5日(金)	お弁当		牛乳 市販菓子	22日(月)	ごはん/ひじき納豆 厚揚げのツナマヨ焼き 切り干し大根の甘酢和え すまし汁 ゼリー	米、ひじき、納豆 厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、ねぎ、しょうゆ、マヨネーズ 切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 たまねぎ、はくさい、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 さつまいもスティック (さつまいも、塩、油)
6日(土)	ツナチャーハン きゅうりの和え物 みそ汁 ゼリー	米、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま油 きゅうり、キャベツ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	23日(火)	煮ごはん 鯛の竜田揚げ れんこんサラダ かす汁 バナナ	米、押し麦 鯛、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 れんこん、ごぼう、にんじん、きゅうり、白ごま、マヨネーズ、しょうゆ 豚肉、にんじん、板こんにゃく、だいこん、うすあげ、かつお節布だし、酒粕、米みそ バナナ	牛乳 菓子パン
8日(月)	成人の日			24日(水) 誕生日会	ごはん ハンバーグ コロコロサラダ コーンスープ ゼリー	米 合挽きミンチ、たまねぎ、スライスチーズ、パン粉、ケチャップ、ウスターソース、塩 じゃがいも、にんじん、きゅうり、りんご、マヨネーズ、塩 クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、米粉、豆腐、コンソメ、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、油、塩、 酢、卵、生クリーム、 いちご)
9日(火)	ごはん/納豆 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ みそ汁 ゼリー	米、納豆 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 お昼のラスク (焼き粉、バター、砂糖)	25日(水)	ラーメン ブロッコリーのじゃこ和え 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏もも肉、コーン缶、もやし、わかめ、ねぎ、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお節布だし、酒、塩 ブロッコリー、にんじん、しらす干し、キャベツ、酢、砂糖、塩、油 煮豆 ゼリー	お茶 ★フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、 りんご、みかん缶)
10日(水) ★	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、かまぼこ、しょうゆ、砂糖、かつお節布だし、酒、みりん、塩 ひじき、にんじん、ほうれん草、ベーコン、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 いりこ ゼリー	牛乳 大学芋 (さつまいも、砂糖、酢、 しょうゆ、油)	26日(金)	牛丼 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 きゅうり、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、うすあげ、焼き鮭、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子
11日(木)	ごはん 筑前煮 紅白なます/煮豆 すまし汁 ゼリー	米 にんじん、わかめ、ごぼう、板こんにゃく、干しいたけ、ちくわ、鶏もも肉、かつお節布だし、しょうゆ、酒、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、みそ、えのき、わかめ、ゆず(乾燥のみ)、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 冬の野菜煮/手作りふりかけ (米、だいこん、ほうれん草、 かつお節、こんにゃく、 しょうゆ、砂糖、みりん、塩)	27日(土)	チキンライス ちやしの和え物 みそ汁 ゼリー	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、塩 ちやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
12日(金) 監査	ピビン丼 はくさいのごま和え みそ汁 みかん	米、鶏もも肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ごま油、塩 はくさい、きゅうり、しらす干し、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、塩 だいこん、うすあげ、絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 菓子パン	29日(月)	食パン 彩り野菜のクリームシチュー だいこんサラダ みかん	食パン 鶏もも肉、たまねぎ、はくさい、かぼちゃ、にんじん、ブロッコリー、卵/パプリカ、米粉、豆腐、コンソメ、塩 だいこん、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 みかん	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 マヨネーズ、粉チーズ)
13日(土)	豚汁 ちやしの和え物 和風スープ ゼリー	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、みりん もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	30日(火)	さつまいもごはん 鮭の照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、さつまいも、酒、塩 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、はくさい、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 ★ホットケーキ (ホットケーキミックス、 豆腐、いちごジャム)
15日(月)	ごはん 鯛の煮つけ ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 鯛(乳児は離)、しょうが、しょうゆ、みりん、砂糖 ほうれん草、ごま油、えのき、にんじん、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 アメリカンドッグ (ホットケーキミックス、油 ワインナー、ケチャップ)	31日(水)	カレーライス コーンスープサラダ ゆで豚、チーズ(0.1歳児) バナナ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しめじ、大豆、りんご、カレールウ、油 キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 ゆで豚、チーズ(0.1歳児) バナナ	牛乳 ★あんこパイ (パイシート、こしあん)
16日(火) ゆきあそび	ごはん/納豆 厚揚げの炒め物 きゅうりのごま酢和え すまし汁 ゼリー	米 厚揚げ、豚ひき肉、ツナ缶、にんじん、しめじ、しょうゆ、砂糖、ウスターソース、ごま油 きゅうり、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 はくさい、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 にゅうめん (そうめん、かつお節布だし、 うすあげ、わかめ、しょうゆ、 みりん、酒、砂糖、塩)				
17日(水) 防災訓練	おにぎり 豚汁 みかん	米、ツナ缶、しょうゆ、砂糖、味付けのり 豚肉、だいこん、にんじん、はくさい、うすあげ、板こんにゃく、かつお節布だし、米みそ みかん	牛乳 揚げパン (ロールパン、きなこ、砂糖、油)				
18日(木) ★	ミートソースパグティ キャベツの甘酢和え 和風スープ バナナ	スリザティ、合挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、砂糖、コンソメ、ウスターソース キャベツ、もやし、きゅうり、しらす干し、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 はくさい、うすあげ、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 バナナ	牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖) ドーナツ(だいちのみ)				
19日(金)	わかめごはん 鶏肉のから揚げ キャベツの和え物 すまし汁 ゼリー	米、わかめ、しらす干し、白ごま、かつお節布だし、しょうゆ、塩 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、塩 キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、えのき、はくさい、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 コロコロラスク (食パン、バター、砂糖)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・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。  
※かえて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。  
※0歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング  
(酢、砂糖、塩、油)で提供しています。

おりようりの部屋：廣田・信田