

1月 予定献立表

高見保育所 平成30年1月4日

月	火	水	木	金	土
<p>1</p> <p>休所</p> 	<p>2</p> <p>休所</p> 	<p>3</p> <p>休所</p> 	<p>4 (ほたほた焼き・お茶)</p> <p>愛情弁当日</p> <p>お茶 バナナ・星たべよ</p>	<p>5 (クラッカー・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>ぎせい豆腐 豆腐、卵、豚ミンチ、干しいたけ、玉ねぎ、酒、砂糖、塩、うすくち醤油、醤油</p> <p>紅白なます 大根、人参、ゆず、酢、砂糖、塩</p> <p>金時豆の甘煮 金時豆、砂糖、塩</p> <p>麩のすまし汁 おつゆ麩、人参、玉ねぎ、チンゲン菜、削り節、うすくち醤油、塩</p> <p>みかん 牛乳・お茶</p> <p>きなこおはぎ 米、もち米、きなこ、砂糖、塩</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>6 (ビスケット・お茶)</p> <p>鶏ごぼうパスタ スパゲティー、鶏肉、人参、玉ねぎ、ごぼう、ねぎ、醤油、油</p> <p>しめじの野菜スープ しめじ、人参、玉ねぎ、白菜、煮干し、うすくち醤油、塩</p> <p>オレンジ</p> <p>お茶 グレーゼリー・野菜スナック</p> <p>お茶</p>
<p>8</p> <p>成人の日</p> 	<p>9 (ハッピーターン・お茶)</p> <p>七草がゆ 米、鶏肉、大根の葉、ほうれん草、せり、かぶ、かぶの葉、白菜、ねぎ、塩、うすくち醤油、煮干し</p> <p>☆里芋と厚揚げの煮物 里芋、厚揚げ、人参、煮干し、砂糖、みりん、うすくち醤油</p> <p>大根きんぴら 大根、人参、ピーマン、ごま、削り節、砂糖、醤油、油</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>みたらし団子 白玉粉、米粉、黒糖、醤油、片栗粉</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>10 (ふかしいも・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏レバーのカレーソース和え 鶏レバー、玉ねぎ、人参、ピーマン、カレーウ、片栗粉、パイオン、醤油、油</p> <p>☆もやしサラダ もやし、きゅうり、人参、油揚げ、砂糖、醤油、酢、ごま油</p> <p>ニラの味噌汁 ニラ、キャベツ、玉ねぎ、味噌、煮干し</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>きなこクッキー 小麦粉、きなこ、砂糖、マーガリン、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>11 (バナナ・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>豆腐ハンバーグ 鶏ミンチ、豆腐、卵、玉ねぎ、パン粉、塩、醤油、砂糖、みりん、油</p> <p>☆わかめの酢の物 わかめ、キャベツ、人参、酢、砂糖、塩、うすくち醤油、ごま</p> <p>玉ねぎときのこ汁 玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、煮干し、塩、うすくち醤油</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>肉まん 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、豚ミンチ、春雨、たけのこ、れんこん、長ねぎ、塩、ごま油、油</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>12 (野菜スティック・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>鶏肉のマーマレード焼き 鶏肉、醤油、マーマレード</p> <p>☆かぶの胡麻醤油和え かぶ、きゅうり、すりごま、醤油、塩</p> <p>キャベツの味噌汁 キャベツ、人参、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>みかん 牛乳・お茶</p> <p>スイートポテトパン</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>13 (おなかせんべい・お茶)</p> <p>中華丼 米、豚肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、チンゲン菜、中華味、うすくち醤油、醤油、塩、ごま油、片栗粉</p> <p>ニラの中華スープ キャベツ、人参、ニラ、えのき、中華味、ごま油、塩</p> <p>オレンジ</p> <p>お茶 バナナ・畑のクラッカー</p> <p>お茶</p>
<p>15 (五穀ぼんせん・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆鶏肉の中華蒸し 鶏肉、長ねぎ、生姜、酒、醤油、ごま油</p> <p>かぼちゃサラダ かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、マヨドレ</p> <p>ごぼうの味噌汁 ごぼう、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>スウィーティー 牛乳・お茶</p> <p>ガトーショコラ 小麦粉、豆腐、油、ミルクココア、ベーキングパウダー、粉砂糖</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>16 (あかちゃんせんべい・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚のちゃんちゃん焼き 鮭、キャベツ、しめじ、玉ねぎ、砂糖、赤味噌、すりごま、酒</p> <p>大根の胡麻酢和え 大根、きゅうり、すりごま、塩、砂糖、酢、うすくち醤油</p> <p>つるつるスープ 春雨、白菜、人参、干しいたけ、ピーマン、中華味、塩</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>小豆蒸しパン 蒸しパンミックス、ゆで小豆</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>17 (サクサクボーロかぼちゃ・お茶)</p> <p>ちゃんぽん麺 ラーメン、豚肉、キャベツ、ピーマン、人参、干しいたけ、たけのこ、もやし、かまぼこ、うすくち醤油、塩、片栗粉、豚ガラ、鶏ガラ</p> <p>じゃがいもの含め煮 じゃがいも、人参、砂糖、うすくち醤油</p> <p>☆ごぼうサラダ ごぼう、人参、きゅうり、ハム、ごま、マヨドレ、うすくち醤油、砂糖</p> <p>みかん 牛乳・お茶</p> <p>鮭ごはん 米、鮭フレーク</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>18 (バナナ・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>マーボー豆腐 豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、ピーマン、人参、ねぎ、にんにく、生姜、ごま油、油、赤味噌、砂糖、酒、醤油、片栗粉</p> <p>さつまいもの甘煮 さつまいも、砂糖、塩</p> <p>春雨の酢の物 春雨、きゅうり、もやし、ハム、ごま油、酢、砂糖、うすくち醤油、ごま</p> <p>りんご お茶</p> <p>☆もちもちチーズパン おから、白玉粉、牛乳、粉チーズ、塩、油</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>19 (紫いもチップス・お茶)</p> <p>チキンライス 米、鶏肉、ピーマン、玉ねぎ、パイオン、塩、ケチャップ</p> <p>和風ポトフ 鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、かぶ、塩、うすくち醤油、パセリ、削り節</p> <p>白菜の胡麻和え 白菜、もやし、人参、うすくち醤油、すりごま</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>ツナパン 小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、牛乳、卵、ツナ缶、玉ねぎ、マヨドレ、パセリ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>20 (にんじんせんべい・お茶)</p> <p>キーマカレー 米、豚ミンチ、玉ねぎ、ピーマン、人参、カレーウ、ケチャップ、砂糖、パイオン、油</p> <p>キャベツスープ キャベツ、人参、玉ねぎ、えのき、パイオン、うすくち醤油</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶 みかんゼリー・星たべよ</p> <p>お茶</p>
<p>22 (ミレービスケット・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>豆腐のチーズ焼き 豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、トマト缶、小麦粉、ケチャップ、チーズ、中華味、油</p> <p>☆もやしとピーマンのカレー醤油和え もやし、ピーマン、人参、醤油、カレー粉</p> <p>白菜の味噌汁 白菜、人参、玉ねぎ、しめじ、煮干し、味噌</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>キャラメルコーン おつゆ麩、砂糖、マーガリン</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>23 (バナナ・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆魚の竜田揚げ 鯖、生姜、醤油、酒、片栗粉、油</p> <p>春菊とキャベツの胡麻和え 春菊、キャベツ、すりごま、醤油</p> <p>のっぺい汁 鶏肉、豆腐、里芋、人参、玉ねぎ、大根、油揚げ、こんにゃく、片栗粉、醤油、塩、煮干し</p> <p>りんご お茶</p> <p>大学かぼちゃ かぼちゃ、砂糖、醤油、酢、黒ごま、油</p> <p>スキムミルク・お茶</p>	<p>24 (畑のクラッカー・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>お好み焼き風卵焼き 卵、豆腐、豚ミンチ、キャベツ、人参、塩、お好みソース</p> <p>人参ゴマサラダ 人参、きゅうり、ツナ、すりごま、酢、オリーブ油、醤油、みりん、塩</p> <p>里芋の味噌汁 里芋、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、味噌</p> <p>オレンジ 牛乳・お茶</p> <p>ホットビスケット りんご、小麦粉、ベーキングパウダー、スキムミルク、砂糖、バター</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>25 (ほうれん草せんべい・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>ふわふわミートボール 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、パン粉、卵、塩、ケチャップ、醤油、砂糖</p> <p>元気サラダ きゅうり、キャベツ、人参、ハム、削り節、酢、油、うすくち醤油、砂糖、すりごま</p> <p>チンゲン菜と白菜のスープ チンゲン菜、白菜、人参、玉ねぎ、えのき、パイオン、うすくち醤油</p> <p>みかん 牛乳・お茶</p> <p>☆ジャムサンド 食パン、いちごジャム</p> <p>牛乳・お茶</p> 	<p>26 (ふかしいも・お茶)</p> <p>豚肉と納豆の炒め丼 米、豚ミンチ、納豆、えのき、玉ねぎ、人参、キャベツ、醤油、油</p> <p>☆ごぼうと人参の含め煮 ごぼう、人参、砂糖、醤油</p> <p>☆切干大根の胡麻酢和え 切干大根、人参、ツナ、ほうれん草、ごま、酢、うすくち醤油、砂糖</p> <p>バナナ お茶</p> <p>☆抹茶スコーン 小麦粉、抹茶、ベーキングパウダー、卵、バター、砂糖、牛乳、レーズン</p> <p>スキムミルク・お茶</p> 	<p>27 (かぼちゃせんべい・お茶)</p> <p>ピラフ 米、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、塩、醤油、油</p> <p>豚汁 豚肉、大根、人参、油揚げ、ごぼう、白菜、こんにゃく、味噌、煮干し</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>お茶 バナナ・野菜スティック</p> <p>お茶</p> 
<p>29 (やさいすなック・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>☆ごろごろ根菜焼き 鶏ミンチ、れんこん、ごぼう、ねぎ、ごま、片栗粉、醤油、塩、油</p> <p>ひじきサラダ ひじき、キャベツ、レタス、きゅうり、カニカマ、マヨドレ</p> <p>大根の味噌汁 大根、大根の葉、玉ねぎ、人参、油揚げ、煮干し、味噌</p> <p>スウィーティー 牛乳・お茶</p> <p>☆セサミトースト 食パン、黒ごま、すりごま、マヨドレ</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>30 (サクサクボーロかぼちゃ・お茶)</p> <p>カレーうどん (たくだしゆんすけ) うどん、牛肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、干しいたけ、カレーウ、醤油、油</p> <p>☆大根とがんものほっくり煮 がんもどき、大根、煮干し、醤油、みりん、砂糖</p> <p>キャベツのおかか和え キャベツ、削り節、醤油</p> <p>グレープフルーツ 牛乳・お茶</p> <p>磯ごはん 米、青のり、ごま、塩</p> <p>牛乳・お茶</p>	<p>31 (紫いもチップス・お茶)</p> <p>麦ごはん 米、大麦</p> <p>魚の味噌マヨ焼き 鮭、玉ねぎ、味噌、マヨドレ</p> <p>☆きんぴらごぼう ごぼう、人参、ピーマン、しらたき、ごま、砂糖、醤油、削り節、油</p> <p>中華スープ 白菜、人参、もやし、干しいたけ、中華味、ごま油、塩</p> <p>バナナ 牛乳・お茶</p> <p>☆おからマドレーヌ おから、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、バター、レーズン</p> <p>スキムミルク・お茶</p>			

保育所行事、材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。お茶に使用する水は、有害物質を除去した安全な水です。

上の () は3歳未満児の午前中のおやつです。延長保育の補食は、月曜日・・・わかめごはん、火曜日・・・しおつごはん、水曜日・・・ごまおごはん、木曜日・・・ゆかりごはん、金曜日・・・おなかごはん を提供します。