

1月の給食献立表

つるた乳幼児園

日付	曜日	献立名	主な材料	おやつ		行事
				3歳未満児	全園児	
4	月	キーマカレー レタスサラダ 牛乳	豚ひき肉 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 大豆 グリーンピース カレールウ	せんべい お茶	お菓子 カルピス	
5	火	肉うどん みかん ヨーグルト	豚肉 玉ねぎ 人参 もやし しいたけ ねぎ うどん みかん ヨーグルト パナナ	パン 牛乳	バナナ	
6	水	さんま缶 もやしの中華和え 味噌汁(豆腐) オレンジ	さんま缶 うもやし きゅうり かにかま 絹ごし豆腐 玉ねぎ わかめ ねぎ オレンジ	ソーセージ お茶	お菓子 牛乳	
7	木	豚汁 卵味噌 キャベツのさつ ぱり和え 牛乳 プリン	豚肉 人参 大根 じゃがいも 玉ねぎ 白菜 ごぼう しめじ 糸こんに 木綿豆腐 にんにく しょうが 卵 ねぎ ほたて キャベツ コーン缶 プリン	バナナ	お菓子 牛乳	
8	金	とり天 豆乳スープ 野菜 ジュース	鶏ささみ レタス トマト ブロッコリー 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 豆乳 中華だし 野菜ジュース	りんご	お菓子 牛乳	
9	土	生姜スープ パン	鶏もも肉 みずな しょうが もやし 人参 パン	バナナ	お菓子 牛乳	
12	火	タン麺 いとこ煮 ヨーグルト	豚肉 人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ もやし 中華めん 中華だし 卵 のり かぼちゃ 小豆缶 ヨーグルト	りんご	バナナ	
13	水	鯖の西京焼き 人参の子和え 味噌汁(きゃべつ)	鯖の西京焼き 人参 糸こんに 高野豆腐 ねぎ たらこ キャベツ 油揚げ 玉ねぎ	パン 牛乳	お菓子 牛乳	非常災害訓練
14	木	八宝菜 わかめの酢の物 麦茶 ゼリー	豚肉 人参 しいたけ たけのこ水煮 白菜 しょうが にんにく むきえび(冷凍) きくらげ わかめ きゅうり かにかま トマト ゼリー	さつまいも スティック	赤飯 お茶	
15	金	はんぺんはさみ揚げ 味噌汁 (厚揚げ)	はんぺん 納豆 チーズ 卵 レタス ブロッコリー トマト わかめ 厚揚げ 白菜 ねぎ	クッキー 野菜ジュース	お菓子 牛乳	
16	土	パン クラムチャウダー	人参 玉ねぎ むきエビ ベビーホタテ クラムチャウダー 鶏もも肉	バナナ	お菓子 牛乳	
18	月	親子カレー りんごサラダ 野菜ジュース	鶏もも肉 人参 じゃがいも カレールウ 福神漬 卵 キャベツ きゅうり レーズン 野菜ジュース	りんご	お菓子 牛乳	
19	火	煮干しラーメン ちくわきゅうり ヨーグルト	豚肉 中華めん 鶏がらだし 人参 玉ねぎ キャベツ ねぎ なた わかめ こ ねぎ 棒麩 卵 しょうが 創味シャンタン きゅうり 竹輪 ヨーグルト パナ ナ	パン 牛乳	バナナ	
20	水	お好み焼き風卵焼き もやし スープ パイナップル	卵 キャベツ 人参 むきえび(冷凍) 豚肉 トマト ブロッコリー あおのり もやし パイナップル	さつまいも スティック	ドーナツ	大そうじ
21	木	三色納豆 たら汁 豆もやし炒 め ゼリー	たら 人参 大根 ねぎ 木綿豆腐 納豆 ほうれん草 卵 白ごま もやし さつ ま揚げ 糸こんに トマト ブロッコリー ゼリー	バナナ	お菓子 牛乳	
22	金	とんかつ わかめごはん 味噌汁 ケーキ	キャベツ トマト ブロッコリー 豚肉 卵 絹ごし豆腐 なめこ水煮 わか め ねぎ ケーキ ジョア	チーズ お茶	ジョア	誕生会
23	土	白菜と鶏肉の豆乳スープ パン	鶏もも肉 人参 しめじ 白菜 調整豆乳 バター コンソメ	バナナ	お菓子 牛乳	子育て相談日
25	月	ビーフシチュー ミモザサラダ 牛乳 りんご	牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 生クリーム 牛乳 りんご	ソーセージ お茶	お菓子 牛乳	
26	火	オム焼きそば きのことスープ ヨーグルト	中華めん 人参 キャベツ 玉ねぎ もやし 卵 豚肉 しめじ えのきたけ しい たけ みずな ヨーグルト パナナ	パン 牛乳	バナナ	
27	水	ほっけ焼き魚 じゃが芋のうま 煮 味噌汁(なめこ) オレン ジ	大根 ほっけみりん漬 じゃがいも 豚ひき肉 なめこ水煮 絹ごし豆腐 わ かめ オレンジ	大根スティック	お菓子 牛乳	
28	木	けの汁 納豆 えのきと人参の 和え物 牛乳プリン	人参 大根 干わらび ゆでふき しいたけ 高野豆腐 ごぼう 角コ きな粉 納豆 えのきたけ 牛乳プリン	バナナ	お菓子 牛乳	
29	金	コロコロイカフライ 卵スープ オレンジ	キャベツ トマト ブロッコリー イカ 卵 えのきたけ こねぎ カットわかめ 片栗粉 オレンジ	クッキー 牛乳	お菓子 牛乳	
30	土	パン 具だくさん汁	バナナ パン 鶏もも肉 人参 白菜 玉ねぎ しいたけ じゃがいも 長ねぎ しょうが	バナナ	お菓子 牛乳	カバー、ズック 洗濯日

給食のない日(日曜日3.10.17.24.31日) 元旦 1日 2日 成人の日11日

* 場合によってメニューを変更することがあります。