

2024年1月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児								
1	月	<h2>冬休み</h2>									
2	火										
3	水										
4	木	チーズ 麦茶	麦茶	ちらし寿司 (米、酢、砂糖、塩、さけフレーク、コーン缶、にんじん、油揚げ、絹さや、かんぴょう、しょう油、桜でんぶ、刻みのり)			すまし汁 (花魁、三つ葉、切干大根、しょう油、塩)	花みかん	黒蜜きな粉プリン、ウエハース、麦茶 (牛乳、砂糖、ゼラチン、バニラエッセンス、黒蜜、きな粉)(カル鉄ウエハース)		
5	金	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	牛肉と厚揚げのオイスターソース炒め (牛肩肉、厚揚げ、玉ねぎ、えのき、にんにく、しょうが、オイスターソース、しょう油、砂糖、酒、片栗粉)	かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、しょう油、砂糖)	春雨サラダ (春雨、にんじん、黄パプリカ、酢、砂糖、しょう油)	みそ汁 (水菜、もやし、みそ)	七草がゆ、麦茶 (米、せり、なずな、ごぎょう、はらぺこ、ほとけのざ、すずな、すずしろ、鶏がら、塩)		
6	土	プルーン 牛乳	麦茶	ロールパン	ロールキャベツ (キャベツ、豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、パン粉、牛乳、コンソメ)	さつま芋のはちみつがけ (さつま芋、塩、バター、はちみつ)		バナナ	梅ひじきおにぎり、牛乳 (米、押麦、梅干し、ひじき、しょう油、砂糖、ごま、のり)		
8	月	<h2>成人の日</h2>									
9	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉のしょうが焼き (豚肩肉、玉ねぎ、しょう油、酒、砂糖、みりん、しょうが)	里芋のパン粉焼き (里芋、コーン缶、コンソメ、パン粉、バター、バジル粉)	白菜とりんごのサラダ (白菜、りんご、レーズン、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (にんじん、小ねぎ、みそ)	青菜と桜えびの混ぜご飯、牛乳 (米、小松菜、桜えび、玉ねぎ、揚げ玉、しょう油、鶏がら、油)		
10	水	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれのいクリームソースがけ (かれい、酒、片栗粉、油、玉ねぎ、しめじ、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ)	かぶのグリル (かぶ、かぶの葉、にんじん、鶏がら、オリーブ油)	水菜のサラダ (水菜、大根、黄パプリカ、マヨネーズ、スキムミルク、酢、砂糖、しょう油、すりごま)	スープ (ブロッコリー、カリフラワー、鶏がら)	カレーうどん、牛乳 (うどん、ベーコン、キャベツ、にんじん、油揚げ、カレーパウダー、めんつゆ、片栗粉)		
11	木	胚芽スティック 牛乳	野菜ジュース	ごはん (米、押麦)	鶏肉のねぎ塩レモン (鶏もも肉、酒、しょうが、片栗粉、ごま油、ねぎ、レモン汁、鶏がら、しょう油、塩)	チンゲン菜のソテー (チンゲン菜、玉ねぎ、桜えび、しょう油、油)	きくらげのナムル (きくらげ、にんじん、豆もやし、鶏がら)	スープ (じゃが芋、ほうれん草、コンソメ)	お汁粉風、牛乳 (米、もち米、粒あん、砂糖、塩)		
12	金	干し芋 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	ぶり大根 (ぶり、大根、しょう油、酒、砂糖、みりん、しょうが)	ひじきの炒り煮 (ひじき、玉ねぎ、大豆、しょう油、砂糖)	なめたけ和え (小松菜、にんじん、なめたけ)	みそ汁 (キャベツ、にら、みそ)	スープマカロニ、麦茶 (マカロニ、玉ねぎ、コーン缶、クリームコーン缶、牛乳、コンソメ、パセリ粉)		
13	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	二種類おにぎり (米、押麦、塩昆布、かつお節、しょう油、砂糖、のり)(米、押麦、さけフレーク、ごま、のり)		白菜の浅漬け (白菜、昆布茶、塩、しょうが)	豚汁 (豚肩肉、大根、にんじん、ごぼう、えのき、ねぎ、みそ)		シュガーラスク、牛乳 (わらべロール、バター、グラニュー糖)		
15	月	にぼし 麦茶	麦茶	ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、大豆、にんにく、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、中濃ソース、砂糖、スキムミルク、パセリ粉、オリーブ油)			グリーンサラダ (レタス、サニーレタス、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、しょう油、油)		ピーチゼリー (ネクター、黄桃缶、砂糖、寒天粉)	炊き込みごはん、牛乳 (米、ひじき、にんじん、まいたけ、しょう油、砂糖)	
16	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ちくわのチーズ焼き (ちくわ、ちりめんじゃこ、粉チーズ、酢、砂糖、油、青のり)	かぶの洋風煮 (かぶ、かぶの葉、にんじん、コンソメ)	白和え (絹豆腐、ほうれん草、しめじ、しょう油、砂糖、すりごま)	みそ汁 (わかめ、ねぎ、みそ)	かぼちゃブレッド、牛乳		
17	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばの塩焼き (さば、酒、塩)	がんもの煮物 (がんとどき、にんじん、しょう油、砂糖、みりん)	たくあんサラダ (キャベツ、水菜、玉ねぎ、たくあん、マヨネーズ、スキムミルク)	すまし汁 (そうめん、三つ葉、しょう油、塩)	ゆかりごはん、牛乳 (米、ゆかりふりかけ、小ねぎ、鶏がら、しょう油)		
18	木	ミレービスケット 野菜ジュース	麦茶	高菜ごはん (米、高菜漬け、めんつゆ)	チキンたれカツ (鶏もも肉、小麦粉、卵、パン粉、油、しょう油、酒、砂糖、みりん)	花野菜のオープン焼き (ブロッコリー、カリフラワー、コーン缶、鶏がら)	さつま芋のクリームチーズ和え (さつま芋、玉ねぎ、クリームチーズ、酢、砂糖、塩、オリーブ油、バジル粉)	みそ汁 (白菜、なめこ、みそ)	いよかん (小麦粉、卵、バター、砂糖、B.P、りんご、紅茶葉、バニラエッセンス)		
19	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのみそ焼き (サーモン、酒、みそ、しょう油、みりん、しょうが)	粉ふき芋 (じゃが芋、塩、青のり)	マカロニサラダ (マカロニ、にんじん、黄パプリカ、酢、砂糖、塩、油)	豆乳スープ (キャベツ、油揚げ、豆乳、鶏がら)	照り焼きチキンパン、牛乳		
20	土	せんべい 牛乳	麦茶	あんかけかた焼きそば (かた焼きそばめん、豚肩肉、白菜、にんじん、玉ねぎ、きくらげ、にんにく、しょうが、しょう油、鶏がら、砂糖、片栗粉)				スープ (ほうれん草、鮭、中華あじ、しょう油)	りんご (米、油揚げ、しょう油、砂糖、みりん、大葉、ごま、のり)		
22	月	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	チンジャオロース (豚肩肉、切干大根、ピーマン、にんにく、しょうが、しょう油、鶏がら、オイスターソース、砂糖、片栗粉)	レバニラ炒め (鶏レバー、にら、もやし、しょうが、しょう油、酒、砂糖、油、片栗粉)	白菜の中華サラダ (白菜、わかめ、酢、砂糖、しょう油、ごま油、ごま)	スープ (にんじん、ブロッコリー、鶏がら)	ココアバナナマフィン、牛乳 (ホットケーキミックス、バター、砂糖、スキムミルク、牛乳、バナナ、ココアパウダー)		
23	火	干し芋 牛乳	麦茶	えびとほうれん草のドリア (米、えび、鶏もも肉、ほうれん草、玉ねぎ、エリンギ、コーン缶、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ、バター、パン粉、ピザ用チーズ)				スープ (キャベツ、かぼちゃ、コンソメ)	ぶどうゼリー (ぶどうジュース、砂糖、寒天粉)		
24	水	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	納豆オムレツ (卵、納豆、麩、小ねぎ、しょう油、砂糖)	かぶのかにかまあんかけ (かぶ、かぶの葉、かにかまぼこ、鶏がら、片栗粉)	小松菜のポン酢和え (小松菜、にんじん、ポン酢、砂糖)	みそ汁 (水菜、玉ねぎ、みそ)	大学芋、牛乳 (さつま芋、しょう油、砂糖、みりん、黒ごま、油)		
25	木	胚芽スティック 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	ポテトコロッケ (牛ひき肉、豚ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、コンソメ、牛乳、パン粉、油、中濃ソース)	ブロッコリーのソテー (ブロッコリー、コーン缶、バター、しょう油)	コールスローサラダ (キャベツ、にんじん、マヨネーズ、ヨーグルト、塩、レモン汁)	みそ汁 (にら、ひじき、みそ)	さけ茶漬け、牛乳 (米、さけフレーク、塩昆布、しょう油、塩、かつお節、刻みのり)		
26	金	プルーン 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの梅風味焼き (さわら、梅干し、しょう油、酒、砂糖、みりん、しょうが)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、砂糖)	ビーンズサラダ (ミックスビーンズ、きゅうり、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	すまし汁 (チンゲン菜、高野豆腐、しょう油、塩)	焼きチーズカレーパン、牛乳		
27	土	ミレービスケット 牛乳	麦茶	牛丼 (米、牛肩肉、玉ねぎ、もやし、にんにく、しょうが、しょう油、酒、砂糖、みりん、オイスターソース)			かぶのゆかり和え (かぶ、かぶの葉、ゆかりふりかけ)	みそ汁 (さつま芋、ねぎ、みそ)	フルーツヨーグルト、ビスケット、麦茶 (ヨーグルト、みかん缶、黄桃缶、コーンフレーク、砂糖)(マレービスケット)		
29	月	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりとじゃが芋のガーリックバター炒め (ぶり、酒、しょう油、みりん、しょうが、小麦粉、じゃが芋、にんにく、バター)	切干大根のコンソメ煮 (切干大根、黄パプリカ、コンソメ)	春菊ののり和え (春菊、にんじん、しょう油、砂糖、刻みのり)	みそ汁 (白菜、玉ねぎ、みそ)	ピラフ、牛乳 (米、ウインナー、玉ねぎ、にんじん、コンソメ、オリーブ油、パセリ粉)		
30	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ポークビーンズ (豚肩肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、ケチャップ、コンソメ、しょう油、砂糖、パセリ粉)	温野菜 (ブロッコリー)	かぼちゃのサラダ (かぼちゃ、レーズン、マヨネーズ、塩)	スープ (かぶ、かぶの葉、もやし、鶏がら)	キャラメルブレッド、牛乳		