



# 1月 給食献立表



日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
1/1 (月)	 年末年始休み						
1/2 (火)							
1/3 (水)							
1/4 (木)	ナポリタン コンソメスープ	スパゲティ 油	ベーコン	玉ねぎ 人参 わかめ 玉ねぎ	砂糖 コンソメ グチャップ コンソメ	ゼリー	ミレービスケット ミレービスケット 牛乳
1/5 (金)	二色丼 切干大根の煮物 さつまいものみそ汁	米 さつまいも	ツナ	コーン 切干大根 人参 人参	醤油 みりん 醤油 みりん みそ	ゼリー	のり塩ポテト じゃがいも 青のり 塩 牛乳
1/6 (土)	お弁当日						ミレービスケット ミレービスケット お茶
1/8 (月)	 成人の日						
1/9 (火)	やきとり丼 切干大根とひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁	米 油	鶏肉	キャベツ 人参 玉ねぎ ひじき 切干大根 人参 かぼちゃ 玉ねぎ	醤油 みりん 砂糖 酒 醤油 みりん みそ	オレンジ	ゼラチン ゼラチン 砂糖 パター(乳) 牛乳
1/10 (水)	ごはん スパゲティオムレツ 白菜のツナマヨサラダ 人参のすまし汁	米 油 スパゲティ	卵 鶏挽肉 ツナ	玉ねぎ パプリカ しめじ 白菜 人参 きゅうり 人参 玉ねぎ	コンソメ 酒 グチャップ 醤油 酒 醤油 みりん	フルーツ	さつまいもケーキ さつまいも 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー 卵 きび糖 パター(乳) 牛乳
1/11 (木) 鏡開き	ごはん タラのみぞれ揚げ きんぴられんこん 豆腐のみそ汁	米 片栗粉 油 ごま油 ごま	タラ 豆腐	大根 れんこん 人参 しいたけ	酒 醤油 みりん 醤油 みりん 砂糖 みそ	みかん	ぜんざい/ミレービスケット 小豆(乳児・くま組) 砂糖(乳児・くま組) 塩 糖 あずき缶(きりん・そう組) /ミレービスケット 牛乳
1/12 (金)	ハヤシライス ひじきのマリネ	米 薄力粉 油 じゃがいも オリーブ油	牛肉	玉ねぎ 人参 トマト缶 ひじき きゅうり パプリカ	グチャップ ソース 砂糖 酒 コンソメ 酢 砂糖 醤油	バナナ	ヨーグルト ココアヨーグルト(乳) お茶
1/13 (土)	肉うどん 高野豆腐の煮物	うどん	豚肉 高野豆腐	玉ねぎ 人参 玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖 醤油 みりん	ゼリー	菓子パン 練乳いちごパン(卵・乳) 牛乳
1/15 (月)	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め 切干大根のごまマヨサラダ 卵の中華スープ	米 ごま油 ごま マヨネーズ(卵)	豚肉 卵	キャベツ 人参 ピーマン パプリカ しょうが にんにく 切干大根 人参 きゅうり 玉ねぎ	酒 醤油 みりん オイスターソース 醤油 鶏ガラの素 醤油	オレンジ	きなこ蒸しパン ホットケーキミックス 豆乳 きなこ きび糖 牛乳

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
1/16 (火)	ごはん	米				バナナ	ヨーグルト
	ブリのねぎみそ焼き		ブリ	青ねぎ	酒 みりん 醤油 白みそ 砂糖		ソファールヨーグルト(乳)
	大根とベーコンのソテー	オリーブ油	ベーコン	大根 人参 小松菜	コンソメ		
	玉ねぎのすまし汁			玉ねぎ えのき	酒 醤油 みりん		お茶
1/17 (水)	コッペパン(非常用)	コッペパン				ゼリー	夕焼けごはん
	シチュー	シチューミックス(乳) じゃがいも 薄力粉	ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース	酒		米 人参 ツナ 塩昆布 醤油 みりん
	スパゲティサラダ	スパゲティ 油			クチャップ 砂糖 コンソメ		牛乳
1/18 (木)	ごはん	米				みかん	肉まん
	ちくわの磯辺揚げ	油 薄力粉	ちくわ	人参 青のり			強力粉 薄力粉 ドライイースト ベーキングパウダー 砂糖 油 塩 豚挽肉 玉ねぎ 人参 パン粉 醤油 鶏ガラの素 片栗粉
	豆腐の中華和え	ごま油	豆腐	きゅうり 人参	醤油 砂糖		牛乳
	白菜のみそ汁			白菜 大根	みそ		
1/19 (金)	かき玉うどん	うどん	卵	わかめ 人参 白菜	酒 醤油 みりん	りんご	ひじきごはん(全クラス) /豚汁(きりん・ぞう組)
	和風ポテトサラダ	マヨネーズ(卵) じゃがいも	かつお節	きゅうり 人参	醤油		米 ひじき 人参 しいたけ 醤油 みりん 豚肉 ごぼう 大根 人参 みそ
	チーズ		チーズ(乳)				牛乳
1/20 (土)	牛丼	米	牛肉	玉ねぎ	酒 醤油 みりん 砂糖	ゼリー	菓子パン
	キャベツのすまし汁			玉ねぎ キャベツ	酒 醤油 みりん		ミニデニッシュ(カスタード) (卵・乳)
							牛乳
1/22 (月)	ごはん	米				オレンジ	菓子パン
	肉じゃが	油 じゃがいも	牛肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	酒 醤油 みりん		メロンパン(卵・乳)
	もやしのゆかり和え			もやし 人参 きゅうり ゆかり	醤油 みりん		
	ごぼうのみそ汁			ごぼう わかめ	みそ		牛乳
1/23 (火)	ごはん	米				バナナ	焼きいも
	カレイの西京焼き		カレイ		白みそ 砂糖 酒 醤油 みりん		さつまいも
	豆腐の煮物		豆腐	玉ねぎ 人参 グリンピース	醤油 みりん		
	ほうれん草のすまし汁			ほうれん草 大根	酒 みりん 醤油		牛乳
1/24 (水)	ごはん	米				りんご	ミートスパゲティ
	からあげ	油 片栗粉	鶏肉	しょうが にんにく	酒 塩糖		スパゲティ 合挽肉 玉ねぎ 人参 オリーブ油 トマト缶 コンソメ クチャップ
	白菜のごま和え	すりごま	卵	白菜 人参 きゅうり	醤油 みりん		
	ごぼうのみそ汁			ごぼう まいたけ	みそ		牛乳
1/25 (木)	ごはん	米				フグ フルーツ	みそバターラスク
	サワラのムニエル	薄力粉 油 バター(乳)	サワラ		酒 コンソメ		食パン(乳) 白みそ きび糖 バター(乳)
	ジャーマンポテト	じゃがいも オリーブ油		玉ねぎ 人参	コンソメ		
	キャベツのスープ			キャベツ エリンギ	コンソメ		牛乳
1/26 (金) <small>お誕生白会 (つさぎ組・総務)</small>	ハンバーガー	パン(乳) パン粉 油	合挽肉 卵 牛乳 豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ	醤油 コンソメ 砂糖 クチャップ	ゼリー	チョコケーキ
	春雨サラダ	春雨		きゅうり パプリカ	醤油		ホットケーキミックス バター(乳) 砂糖 卵 生クリーム(乳) ココア(ひよこ組のみ不使用)
	卵とわかめのスープ		卵	わかめ	コンソメ		アシドミルク(乳)
1/27 (土)	肉うどん	うどん	豚肉	玉ねぎ 人参	酒 醤油 みりん 砂糖	ゼリー	菓子パン
	ひじきの煮物			ひじき 人参	醤油 みりん		ミニデニッシュ(アップル) (卵・乳)
							牛乳
1/29 (月)	パン	パン(乳)				りんご	納豆チャーハン
	かぼちゃグラタン	薄力粉 パン粉 バター(乳)	鶏肉 豆乳 チーズ(乳)	かぼちゃ 玉ねぎ クリームコーン缶 コーン	コンソメ 酒		米 納豆 人参 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく ごま油 醤油 鶏ガラの素
	ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ(卵)		ひじき 人参	醤油		
	さつまいものスープ	さつまいも		小松菜	コンソメ		牛乳
1/30 (火)	ごはん	米				みかん	豆腐ドーナツ
	タラの塩麹焼き		タラ		酒 塩糖		ホットケーキミックス 豆腐 きび糖 グラニュー糖 油
	ブロッコリーの塩昆布和え			ブロッコリー もやし 人参 塩昆布	醤油 みりん		
	れんこんのみそ汁			れんこん 大根	みそ		牛乳
1/31 (水)	他人丼	米 油	牛肉 卵	玉ねぎ 人参 しいたけ グリンピース	酒 醤油 みりん	フグ フルーツ	きなこのスノーボールクッキー
	白和え	ねりごま	豆腐	ほうれん草 人参 ひじき	白みそ 醤油 みりん 砂糖		薄力粉 きび糖 きなこと 粉糖
	麩のすまし汁	麩		わかめ	酒 みりん 醤油		
							牛乳
2/1 (木)	ごはん	米				バナナ	ゼリー
	サケのごまみそ焼き	ごま	サケ		酒 みりん みそ 砂糖		みかんゼリー
	白菜の煮浸し		ツナ	白菜 人参 しめじ	醤油 みりん		
	人参のすまし汁			玉ねぎ 人参	酒 みりん 醤油		牛乳
2/2 (金)	赤鬼ランチ	米 中華糖 油 とんがりコーン		玉ねぎ 人参 グリンピース	クチャップ ソース	ゼリー	鬼まんじゅう
	いわしの豆腐ハンバーグ	パン粉	イワシ 豆腐 鶏挽肉 卵	玉ねぎ 人参 しょうが	酒 醤油		さつまいも 砂糖 塩 薄力粉
	切干大根のナポリタン			切干大根 人参	クチャップ 砂糖 コンソメ		
	わかめのみそ汁			わかめ しめじ	酒 醤油 みりん		ヤクルト(乳)

※19日・・・きりん・ぞう組は豚汁のクッキングをします。