幼児

1月のこんだて

ところっこ保育園

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
1	土	年末年始休園日			
3	月				
4	火	お弁当日 ※ お弁当・水筒（水かお茶）・食具・午後おやつ（個包装のもの2つまで） すべてに記名をしてお持ちください。			
5	水				
6	木	昼食	麦茶	とりたま雑炊 切干大根サラダ 果物	米・鶏もも肉・コンソメ・水・生姜・醤油・食塩・コネg 小葱・卵・ごま 切干大根・胡瓜・人参・カニカマ・マヨネーズ バナナ
		おやつ	牛乳	コーン蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油・スイートコーン
7	金	昼食	牛乳	トマトパスタ チキンナゲット きのこの生姜スープ	スパゲッティ・トマト・にんにく・豚ベーコン・オリーブ油・食塩・コンソメ 鶏ひき肉・酒・醤油・マヨネーズ・小麦粉・塩・油 ぶなしめじ・えのきだけ・水・生姜・鶏ガラだし・オイスターソース
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり	米・鮭・塩
8	土	昼食	麦茶	豚丼 味噌汁	米・豚肉・玉葱・しょうが・醤油・みりん・酒・鰹昆布だし 焼き麩・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	せんべい バナナ	せんべい バナナ
10	月	成人の日			
11	火	昼食	牛乳	留守番カレー 海藻サラダ 果物	米・豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・油・ケチャップ・カレールウ・水 ひじき・わかめ・キャベツ・人参・鰹昆布だし・醤油・酢 みかん
		おやつ	麦茶	ヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト コーンフレーク
12	水	昼食	牛乳	ごはん 豆腐の肉巻き 青梗菜ともやしのナムル 味噌汁	米 豆腐・豚バラ肉・小麦粉・醤油・酒・みりん・砂糖 青梗菜・コーン缶・ごま油・塩・いりごま・中華だし・醤油 大根・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌・水
		おやつ	麦茶	ジャムサンド	食パン・いちごジャム
13	木	昼食	麦茶	【まゆだま】 おこわ（鶏ごぼう） おこわ（さつま芋） 鮭の西京焼き キャベツとリンゴのサラダ すまし汁	 米・もち米・鶏肉・ごぼう・油揚げ・椎茸・醤油・酒・砂糖・鰹だし 米・もち米・さつま芋・塩・黒ゴマ 鮭・白みそ・酒・本みりん・砂糖 キャベツ・りんご・酢・オリーブ油・塩・砂糖 なめこ・豆腐・ネギ・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	牛乳	甘納豆蒸しパン	小麦粉・甘納豆・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳
14	金	昼食	牛乳	ごはん 和風ミートローフ （きのこソース） 小松菜サラダ 味噌汁	米 鶏ひき肉・アスパラガス・人参・しめじ・玉葱・生姜・にんにく・味噌 しめじ・大根・　砂糖・醤油 小松菜・ロースハム・プロセスチーズ・マヨネーズ じゃが芋・玉葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	焼きおにぎり	米・醤油
15	土	昼食	麦茶	焼きそば わかめスープ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・油・食塩・ウスターソース・中濃ソース わかめ・玉葱・ゴマ・昆布だし・中華だし・塩・
		おやつ	麦茶	ふかし芋	さつま芋

17	月	昼食	牛乳	わかめご飯 鶏の唐揚げ 白菜の和風ツナマヨサラダ 味噌汁 果物	米・わかめご飯の素 鶏肉・酒・醤油・生姜・ニンニク・マヨネーズ・片栗粉・油 白菜・ツナ缶・人参・マヨネーズ・砂糖・醤油 小松菜・豆腐・鰹昆布だし・味噌 キウイフルーツ
		おやつ	麦茶	黒糖蒸しパン	小麦粉・黒糖・卵・お酢・はちみつ・ベーキングパウダー・黒ゴマ
18	火	昼食	牛乳	ごはん 鮭のマヨコーン焼き カレーきんぴら かきたまスープ	米 鮭・コーン缶・マヨネーズ・食塩 じゃが芋・人参・砂糖・カレー粉・コンソメ・みりん 小松菜・玉葱・人参・卵・昆布だし・中華だし・醤油・塩・片栗粉
		おやつ	麦茶	ふかし芋	さつま芋
19	水	昼食	牛乳	ごはん レバーナッツ 海藻サラダ 味噌汁	米 豚レバー・牛乳・酒・醤油・生姜・片栗粉・南瓜・じゃがいも・さつまいも 砂糖・醤油・水・アーモンド ひじき・わかめ・キャベツ・人参・醤油・お酢・昆布だし・みりん・ しめじ・玉葱・小葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ココア豆乳もち	豆乳・ココア・砂糖・片栗粉
20	木	昼食	牛乳	ビビンバ丼 韓国風サラダ わかめスープ	米・豚ひき肉・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜・もやし・人参・小松菜・ごま油・醤油・砂糖・ゴマ サニーレタス・トマト・胡瓜・玉葱・醤油・砂糖・ごま油・ゴマ わかめ・玉葱・昆布だし・醤油・中華だし・塩・ゴマ
		おやつ	麦茶	塩おにぎり	米・塩
21	金	昼食	牛乳	もち麦ごはん カレイの照り焼き ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 果物	米・もち麦 カレイ・片栗粉・醤油・酒・みりん・砂糖 ブロッコリー・人参・鰹節・醤油・ 白菜・えのきだけ・鰹昆布だし・味噌 りんご
		おやつ	麦茶	スコーン（ジャム添え）	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・マーガリン・牛乳・いちごジャム
22	土	昼食	麦茶	とり雑炊 バナナ	米・鶏もも肉・コンソメ・水・生姜・醤油・小葱・ゴマ バナナ
		おやつ	麦茶	おかかおにぎり	米・鰹節・醤油
24	月	昼食	牛乳	五穀ごはん 筑前煮 豆苗ベーコン炒め 味噌汁	米・白麦・もちきび・もちあわ・アマランサス・いりごま 鶏もも・人参・筍・蒟蒻・牛蒡・蓮根・高野豆腐・椎茸 絹さや・醤油・砂糖・酒・みりん・ごま油・鰹昆布だし 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 小松菜・わかめ・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	ごまドーナツ	小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・ごま
25	火	昼食	牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・キャベツ じゃが芋・青のり・油 なめこ・白菜・味噌・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	ぶどうゼリー クラッカー	ぶどうジュース・ゼラチン クラッカー
26	水	昼食	牛乳	ごはん 鯖塩焼き 五目煮 すまし汁 果物	米 鯖・塩 大豆・人参・ごぼう・こんにゃく・しいたけ・鰹昆布だし・醤油・みりん・砂糖 焼き麩・ネギ・えのきだけ・鰹昆布だし・塩・醤油 オレンジ
		おやつ	麦茶	大学トースト	食パン・砂糖・みりん・醤油・マーガリン・黒ゴマ
27	木	昼食	牛乳	コストコパン 鶏肉のクリームシチュー かぼちゃサラダ	コストコパン 鶏肉・さといも・玉葱・人参・白菜・牛乳・シチュールウ 南瓜・ハム・胡瓜・人参・コーン缶・卵・マヨネーズ・塩
		おやつ	麦茶	果物 小魚	バナナ 小魚
28	金	昼食	牛乳	ごはん タラのカレーフリッター 青菜の胡麻和え 納豆 豚汁	米 タラ・小麦粉・カレー粉・ベーキングパウダー・水・油 ほうれん草・人参・醤油・砂糖・ゴマ 納豆 豚肉・大根・里芋・人参・ごぼう・蒟蒻・豆腐・ごま油・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	お好み焼き	小麦粉・豚バラ・キャベツ・コーン缶・油・中濃ソース・青のり・マヨネーズ
29	土	昼食	麦茶	ハヤシライス 果物	米・豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ケチャップ・水・ハヤシルウ みかん
		おやつ	麦茶	ゼリー クラッカー	りんごゼリー・ゼラチン クラッカー
31	月	昼食	牛乳	中華丼 エビシュウマイ わかめスープ	米・豚肉・卵・白菜・人参・玉葱・小松菜・椎茸・生姜・オイスターソース・砂糖・鶏ガラだし・酒・醤油・片栗粉 豚挽き肉・えび・椎茸・玉葱・生姜・酒・砂糖・ごま油・塩・醤油・しゅうまいの皮 わかめ・玉葱・昆布だし・醤油・鶏ガラだし・塩・ゴマ
		おやつ	麦茶	じゃこトースト 小魚	食パン・しらす干し・マヨネーズ・青のり