

令和6年1月

後期食献立表

原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
4(木)	ハムチャーハン(軟飯) (ハム、玉葱、人参、コーン、にんにく、生姜、ごま油) スープ(わかめ、春雨) ごぼうサラダ(大根、ごぼう、人参)エッグケア オレンジ	カップケーキ (小麦粉、バター 卵、牛乳 ベーキングパウダー)	22(月)	★HAPPYカレーライス(軟飯) (豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、にんにく、生姜、カレールウ 小麦粉、バター、ケチャップ、スライスチーズ、牛乳) サラダ(レタス、胡瓜、コーン、ごま油)和風 グレープフルーツ	★フルーツポンチ (みかん、黄桃、バナナ りんご、寒天、豆乳 グラニュー糖)
5(金)	ツナスパゲティー (スパゲティー、ツナ、キャベツ、玉葱 人参、にんにく) 彩りサラダ(じゃが芋、胡瓜、人参、QBBチーズ) フレンチ バナナ	七草がゆ (鶏肉、七草セット、大根 かぶ)	23(火)	★みそうどん(うどん、鶏肉、白菜、人参、葱 もやし、えのき、みそ) ちくわの煮物(ちくわ、青のり) バナナ	里芋の炊き込み軟飯 (里芋、ごぼう、人参)
6(土)	チキンライス(軟飯) (鶏肉、人参、玉葱、ピーマン、バター) スープ(切干大根、コーン) 水菜サラダ(水菜、胡瓜、人参)和風 バナナ	抹茶のマーブルケーキ (小麦粉、卵 バター、抹茶 ベーキングパウダー)	24(水)	軟飯 スープ(キャベツ、南瓜) 豚肉の生姜焼き (豚ロース肉、玉葱、生姜、白ワイン) 酢の物(切干大根、胡瓜、人参、ひじき) いよかん	★バナナブラウニー (小麦粉、ココア、卵、牛乳 ベーキングパウダー バナニアッセンス、バナナ)
9(火)	わかめ軟飯(炊き込みわかめ) ニラのスープ(ニラ、もやし、にんにく) 挽肉のみそ風味焼き (豚挽肉、黒ごま、生姜、みそ、パン粉、牛乳、卵) ★納豆サラダ (レタス、人参、たくあん、挽き割り納豆)和風 グレープフルーツ	にゅうめん (そうめん、鶏肉 小松菜、玉葱)	25(木)	軟飯 ミルクスープ(白菜、玉葱、人参、牛乳、ドライパセリ) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) コールスロー(キャベツ、人参、コーン)フレンチ グレープフルーツ	チャーハン(軟飯) (豚肉、人参、玉葱 キャベツ、中濃ソース 焼きそばソース)
10(水)	軟飯 みそ汁(ひじき、玉葱) 酢鶏あん(鶏肉、片栗粉) キャベツの塩昆布和え(キャベツ、胡瓜、塩昆布) バナナ	メープル蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー メープルシロップ)	26(金)	カジキのそぼろ軟飯(カジキ、小松菜、コーン) みそ汁(ごぼう、油揚げ) カツのりサラダ(大根、胡瓜、人参、鰹節、刻みのり) バナナ	米粉マフィン (上新粉、卵、牛乳 ヨーグルト ベーキングパウダー アブリコットジャム ブルーベリージャム)
11(木)	中華風うどん(うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ、豆もやし 玉葱、鶏ガラ、にんにく、生姜、りんご、干し椎茸) チーズ風味温野菜(じゃが芋、かぶ、人参 ブロッコリー、カリフラワー、クリームチーズ)エッグケア バナナ	ツナおじや (ツナ、白ごま)	27(土)	豚肉とチンゲン菜のスパゲティー (スパゲティー、豚肉、チンゲン菜 玉葱、えのき、にんにく) 南瓜の塩バター(南瓜、バター) バナナ	塩昆布軟飯 (塩昆布、QBBチーズ)
12(金)	うどん(うどん、鶏肉、里芋、葱、かまぼこ、大根 椎茸、豆腐、三つ葉) ★プリの塩焼き(プリ、人参) オレンジ	豆乳プリン (豆乳、イチゴジャム グラニュー糖、ゼラチン バナニアッセンス)	29(月)	菜飯(軟飯)(かぶの葉) 豚汁(豚肉、大根、人参、ごぼう、油揚げ) おやき (じゃが芋、ひじき、ほうれん草、牛乳、ケチャップ) ★ごま酢和え(チンゲン菜、人参、もやし、白ごま) オレンジ	焼きビーフン (ビーフン、鶏肉、玉葱 人参、キャベツ、もやし ピーマン、干し椎茸 ごま油)
13(土)	チャーシュー丼(軟飯) (焼豚、玉葱、人参、葱、にんにく、生姜) みそ汁(じゃが芋、小松菜) ゆかり和え(大根、胡瓜、ゆかり) バナナ	鶏茶漬け (鶏挽肉、万能葱、白ごま 刻みのり)	30(火)	軟飯 スープ(クリームコーン、葱) ★ミートボール (豚挽肉、パン粉、牛乳、ケチャップ、中濃ソース) 切干大根とツナのサラダ (切干大根、ツナ、胡瓜、人参、レモン汁)和風 バナナ	みそポテト (じゃが芋、みそ)
15(月)	麻婆うどん(うどん、豚挽肉、木綿豆腐 人参、葱、にんにく、生姜、みそ、ごま油、片栗粉) 南瓜のいとし煮(南瓜、小豆) バナナ	深川めし(軟飯) (あさり、人参、万能葱 生姜)	31(水)	鶏塩にゅうめん (そうめん、鶏肉、白菜、葱、人参、ごま油、生姜) シルバーサラダ (レタス、胡瓜、春雨、コーン)エッグケア グレープフルーツ	ナシゴレン(軟飯) (豚挽肉、ベーコン、玉葱 生姜、にんにく オイスターソース、ケチャップ)
16(火)	軟飯 みそ汁(麩、万能葱) カレイの野菜炒め (カレイ、人参、いんげん、玉葱、じゃが芋) ハンサンスー (もやし、焼豚、春雨、胡瓜、ごま油)和風 グレープフルーツ	紅茶のパウンドケーキ (小麦粉、卵、バター 紅茶、牛乳 ベーキングパウダー)			
17(水)	軟飯 スープ(人参、コーン) ★タンドリーボーク(豚ロース肉、玉葱、にんにく 白ワイン、カレー粉、ヨーグルト、ケチャップ) パインサラダ(キャベツ、胡瓜、パイン)フレンチ バナナ	そぼろ納豆(軟飯) (切干大根、挽き割り納豆 青のり)			
18(木)	あんかけご飯(軟飯) (鶏肉、玉葱、人参、椎茸、グリーンピース、片栗粉) みそ汁(かぶ、かぶの葉) なめこサラダ (レタス、人参、胡瓜、めかぶ、なめこ)和風 グレープフルーツ	ジャーマンポテト (じゃが芋、玉葱、にんにく ウインナー)			
19(金)	軟飯 清汁(わかめ) 豚肉の塩麹炒め (豚肉、玉葱、キャベツ、人参、もやし、塩麹) お浸し(小松菜、人参、えのき、しめじ、厚揚げ) バナナ	フルーツパンケーキ (卵、小麦粉、牛乳 ベーキングパウダー バナナ、いちご メープルシロップ)			
20(土)	ひじきチャーハン(軟飯) (鶏挽肉、ひじき、人参、ピーマン にんにく、生姜、ごま油) きのこスープ(しめじ、えのき) 大根サラダ(大根、人参、コーン)エッグケア バナナ	南瓜マフィン (小麦粉、バター 卵、南瓜 ベーキングパウダー)			