

令和3年 野上あゆみ保育園



1月献立表(幼児食)

	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
給食	協力保育	◇ご飯◇ ◇カレーの香味焼き◇ ◇大根のツナサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉のパン粉焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇NEG黒糖ロールパン◇ ◇ポークビーンズ◇ ◇マカロニサラダ◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇	◇ご飯◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇王林	◇ご飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇ひじきの煮物◇ ◇清まし汁◇ ◇いよかん◇	◇ミートスパゲティ◇ ◇れんこんのごまドレ和え◇ ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ ◇ヨーグルト◇
材料	お弁当	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの香味焼き◇ カラスカイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 おろしにんにく ◇大根のツナサラダ◇ 大根 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のパン粉焼き◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 バルメザンチーズ サラダ油 ◇わかめ和え◇ 白菜 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ キャベツ 油揚げ だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇NEG黒糖ロールパン◇ 黒糖ロールパン ◇ポークビーンズ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ 食塩 水 三温糖 ◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 カーネルコーン マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ おろし生姜 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ 大根 生揚げ(厚揚げ) 人参 水菜(きょうな) 薄口醤油 三温糖 だし汁 ◇清まし汁◇ えのき茸 人参 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇王林 りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇ひじきの煮物◇ 大豆水煮 乾)ひじき 人参 油揚げ 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇いよかん◇ いよかん	◇ミートスパゲティ◇ スパゲティ おろしにんにく 豚挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン サラダ油 ダイストマト トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 食塩 ◇れんこんのごまドレ和え◇ れんこん 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま マヨドレ(卵不使用) 濃口醤油 三温糖 米酢 さやいんげん ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ かぶ 大豆水煮 カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 水 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇ミニたい焼き◇	◇牛乳◇ ◇手作りクッキー◇卵不使用	◇牛乳◇ ◇じゃこトースト◇	◇麦茶◇ ◇七草粥◇	◇牛乳◇ ◇あんドーナツ◇	◇牛乳◇ ◇りんごクリームサンド◇	◇麦茶◇ ◇おかかおにぎり◇
	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)
給食	◇ご飯◇ ◇ちゃんこ鍋風◇ ◇ちくわ天◇ ◇ブロッコリー◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇鮭の漬け焼き◇ ◇春菊の納豆和え◇ ◇豚汁◇ ◇りんご◇ふじ	◇ご飯◇ ◇豚肉のねぎ炒め◇ ◇レタスとささみの梅和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	..... ◇カレーの王子様カレー◇ ◇ひじきサラダ◇ ◇いよかん◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の味噌焼き◇ ◇キャベツとしらすの磯和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇わかめうどん◇ ◇ささみのフリッター◇ ◇りんご◇'ヨナゴ'ール'	◇ご飯◇ ◇豚肉の生姜焼き◇ ◇ゆかり和え◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇ちゃんこ鍋風◇ 豚挽き肉 たまねぎ 木綿豆腐 おろし生姜 食塩 片栗粉 白菜 小松菜 生椎茸 人参 だし汁 薄口醤油 合成酒 三温糖 本みりん 食塩 ガラスープ(顆粒) ◇ちくわ天◇ 焼きちくわ 天ぷら粉 水 サラダ油 ◇ブロッコリー◇ ブロッコリー 食塩 ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の漬け焼き◇ トラウトサーモン 薄口醤油 本みりん 合成酒 ◇春菊の納豆和え◇ 菊菜 人参 納豆 薄口醤油 ◇豚汁◇ 大根 人参 さつまいも 油揚げ 豚ももスライス だし汁 白味噌 青ねぎ ◇りんご◇ふじ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉のねぎ炒め◇ 豚ももスライス たまねぎ 長葱 青ねぎ おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇レタスとささみの梅和え◇ レタス 鶏ささみ 人参 梅干し 米酢 三温糖 ごま油 食塩 糸かつお ◇清まし汁◇ 大根 しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	..... ◇カレーの王子様カレー◇ α化米 水 カレーの王子さま ◇ひじきサラダ◇ 乾)ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 カーネルコーン ライツナフレーク マヨドレ(卵不使用) ◇いよかん◇ いよかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の味噌焼き◇ 鶏もも 赤味噌 濃口醤油 三温糖 合成酒 ◇キャベツとしらすの磯和え◇ キャベツ 人参 しらす ごま油 濃口醤油 三温糖 ささみのり ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇わかめうどん◇ うどん カットわかめ 小松菜 人参 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇ささみのフリッター◇ 鶏ささみ 薄口醤油 本みりん 天ぷら粉 水 サラダ油 ◇りんご◇'ヨナゴ'ール' りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇ゆかり和え◇ もやし 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ ごぼう 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇シュガートースト◇	◇牛乳◇ ◇ジャムクッキー◇卵不使用	◇牛乳◇ ◇どら焼き◇	◇麦茶◇ ◇フルーツヨーグルト◇	◇牛乳◇ ◇お麩アツク◇	◇牛乳◇ ◇ふかし芋◇	◇牛乳◇ ◇もっちりチーズ◇

	1月21日(金)	1月22日(土)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)
給食	◇ご飯◇ ◇あったかおでん◇ ◇味噌汁◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇カレーの塩焼き◇ ◇ビーフンサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇ふじ	◇ご飯◇ ◇さわらの竜田揚げ◇ ◇白菜のごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ピラフ◇ ◇ブロッコリーサラダ◇ ◇玉子スープ◇ ◇いよかん◇	◇醤油ラーメン◇ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ ◇りんご◇王林	◇ご飯◇ ◇鮭の西京焼き◇ ◇大根の梅サラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇NEGイエローロール◇ ◇ビーフシチュー◇ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇あったかおでん◇ 白滝(糸こんにゃく) 大根 人参 焼きちくわ 生揚げ(厚揚げ) うずら卵水煮 鶏もも 薄口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 ◇味噌汁◇ 白菜 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの塩焼き◇ カラスカレ 食塩 ◇ビーフンサラダ◇ ビーフン キャベツ 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ふじ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの竜田揚げ◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 サラダ油 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ピラフ◇ 精白米 サラダ油 だし汁 鶏挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 ◇ブロッコリーサラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 フルクトレッシング 食塩 ◇玉子スープ◇ 鶏卵 薄口醤油 食塩 だし汁 片栗粉 青ねぎ ◇いよかん◇ いよかん	◇醤油ラーメン◇ ラーメン 豚ももスライス 白菜 しめじ カーネルコーン ガラスープ(顆粒) 濃口醤油 ごま油 青ねぎ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ かぶ 人参 鶏挽き肉 たまねぎ おろし生姜 サラダ油 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇りんご◇王林 りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の西京焼き◇ トラウトサーモン 白味噌 本みりん 合成酒 食塩 ◇大根の梅サラダ◇ 大根 人参 梅干し 米酢 濃口醤油 三温糖 糸かつお ◇清まし汁◇ キャベツ 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇NEGイエローロール◇ NEGイエローロール ◇ビーフシチュー◇ 牛ももスライス じゃがいも たまねぎ 人参 サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ 鶏ささみ ほうれん草 人参 マヨドレ(卵不使用) 白ねりごま 白すりごま 薄口醤油 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇きなこ揚げパン◇	◇牛乳◇ ◇今川焼き◇ｶｽﾀｰﾄ	◇牛乳◇ ◇スイートポテト◇	◇牛乳◇ ◇チーズクッキー◇卵不使用	◇麦茶◇ ◇昆布おにぎり◇	◇牛乳◇ ◇あずきときなこのスコーン◇	◇りんごジュース◇ ◇米粉さつまいもドーナツ◇



	1月29日(土)	1月31日(月)
給食	◇ご飯◇ ◇麻婆豆腐◇ ◇春雨の酢の物◇ ◇りんご◇ｼﾞｮﾝｺﾞｰﾙﾄ	◇ご飯◇ ◇カレーの磯辺焼き◇ ◇ほうれん草の白和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇麻婆豆腐◇ 木綿豆腐 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 おろし生姜 おろしにんにく ごま油 赤味噌 三温糖 濃口醤油 合成酒 ガラスープ(顆粒) 片栗粉 青ねぎ ◇春雨の酢の物◇ 春雨 人参 胡瓜 米酢 三温糖 薄口醤油 ◇りんご◇ｼﾞｮﾝｺﾞｰﾙﾄ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの磯辺焼き◇ カラスカレ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり ◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 薄口醤油 ほうれん草 人参 糸こんにゃく 薄口醤油 三温糖 ◇清まし汁◇ キャベツ しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇パームクーヘン◇	◇牛乳◇ ◇れんこんチップス◇

<今月使用の旬の食材>

ブロッコリー カリフラワー ごぼう 大根  
さつまいも 春菊 水菜 白菜 れんこん  
みかん いよかん

お誕生日会・・・28日

※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。



	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
朝おやつ	◇麦茶◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇
給食	協力保育 ◇ご飯◇ ◇カレーの香味焼き◇ ◇大根のツナサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉のパン粉焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉のパン粉焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇NEG黒糖ロールパン◇ ◇ポークビーンズ◇ ◇マカロニサラダ◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇	◇ご飯◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇王林◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇ひじきの煮物◇ ◇清まし汁◇ ◇いよかん◇	◇ミートスパゲティ◇ ◇れんこんのごまドレ和え◇ ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの香味焼き◇ カラスカイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 おろしにんにく ◇大根のツナサラダ◇ 大根 人参 ライトツナフレーク 米酢 薄口醤油 三温糖 ごま油 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のパン粉焼き◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 パルメザンチーズ サラダ油 ◇わかめ和え◇ 白菜 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ キャベツ 油揚げ だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のパン粉焼き◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 パルメザンチーズ サラダ油 ◇わかめ和え◇ 白菜 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ キャベツ 油揚げ だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇NEG黒糖ロールパン◇ 黒糖ロールパン ◇ポークビーンズ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ 食塩 水 三温糖 ◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 カーネルコーン マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ おろし生姜 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ 大根 生揚げ(厚揚げ) 人参 水菜(きょうな) 薄口醤油 三温糖 だし汁 ◇清まし汁◇ えのき茸 人参 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇王林 りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇ひじきの煮物◇ 大豆水煮 乾)ひじき 人参 油揚げ 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇いよかん◇ いよかん	◇ミートスパゲティ◇ スパゲティ220 おろしにんにく 豚挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン サラダ油 ダイストマト トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 食塩 ◇れんこんのごまドレ和え◇ れんこん 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま マヨドレ(卵不使用) 濃口醤油 三温糖 米酢 さやいんげん ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ かぶ 大豆水煮 カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 水 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇ミニたい焼き◇	◇牛乳◇ ◇手作りクッキー◇卵不使用◇	◇牛乳◇ ◇じゃこトースト◇	◇麦茶◇ ◇七草粥◇	◇牛乳◇ ◇あんドーナツ◇	◇牛乳◇ ◇りんごクリームサンド◇	◇麦茶◇ ◇おかかおにぎり◇
	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇
給食	◇ご飯◇ ◇ちゃんこ鍋風◇ ◇ちくわ天◇ ◇ブロッコリー◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇鮭の漬け焼き◇ ◇春菊の納豆和え◇ ◇豚汁◇ ◇りんご◇ふじ◇	◇ご飯◇ ◇豚肉のねぎ炒め◇ ◇レタスとささみの梅和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ポークカレー◇ ◇ひじきサラダ◇ ◇いよかん◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の味噌焼き◇ ◇キャベツとしらすの磯和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇わかめうどん◇ ◇ささみのフリッター◇ ◇りんご◇'ジョナ'ゴールド◇	◇ご飯◇ ◇豚肉の生姜焼き◇ ◇ゆかり和え◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇ちゃんこ鍋風◇ 豚挽き肉 たまねぎ 木綿豆腐 おろし生姜 食塩 片栗粉 白菜 小松菜 生椎茸 人参 だし汁 薄口醤油 合成酒 三温糖 本みりん 食塩 ガラスープ(顆粒) ◇ちくわ天◇ 焼きちくわ 天ぷら粉 水 サラダ油 ◇ブロッコリー◇ ブロッコリー 食塩 ◇みかん◇ みかん	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の漬け焼き◇ トラウトサーモン 薄口醤油 本みりん 合成酒 ◇春菊の納豆和え◇ 春菊 納豆 薄口醤油 ◇豚汁◇ 大根 人参 さつまいも 油揚げ 豚ももスライス だし汁 白味噌 青ねぎ ◇りんご◇ふじ りんご	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉のねぎ炒め◇ 豚ももスライス たまねぎ 長葱 青ねぎ おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇レタスとささみの梅和え◇ レタス 鶏ささみ 人参 梅干し 米酢 三温糖 ごま油 食塩 糸かつお ◇清まし汁◇ 大根 しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ポークカレー◇ α化米 水 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 食塩 チキンコンソメ ◇ひじきサラダ◇ 乾)ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 カーネルコーン ライトツナフレーク マヨドレ(卵不使用) ◇いよかん◇ いよかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の味噌焼き◇ 鶏もも 赤味噌 濃口醤油 三温糖 合成酒 ◇キャベツとしらすの磯和え◇ キャベツ 人参 しらす ごま油 濃口醤油 三温糖 きざみのり ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇わかめうどん◇ うどん カットわかめ 小松菜 人参 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇ささみのフリッター◇ 鶏ささみ 薄口醤油 本みりん 天ぷら粉 水 サラダ油 ◇りんご◇'ジョナ'ゴールド◇ りんご	◇お弁当 ◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇ゆかり和え◇ もやし 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ ごぼう 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇シュガートースト◇	◇牛乳◇ ◇ジャムクッキー◇卵不使用◇	◇牛乳◇ ◇どら焼き◇	◇麦茶◇ ◇フルーツヨーグルト◇	◇牛乳◇ ◇お麩うり◇	◇牛乳◇ ◇ふかし芋◇	◇牛乳◇ ◇もっちりチーズ◇

	1月21日(金)	1月22日(土)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇
給食	◇ご飯◇ ◇あったかおでん◇ ◇味噌汁◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇カレーの塩焼き◇ ◇ビーフンサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇ふじ◇	◇ご飯◇ ◇さわらの竜田揚げ◇ ◇白菜のごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ピラフ◇ ◇ブロッコリーサラダ◇ ◇玉子スープ◇ ◇いよかん◇	◇醤油ラーメン◇ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ ◇りんご◇王林◇	◇ご飯◇ ◇鮭の西京焼き◇ ◇大根の梅サラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇NEGイエローロール◇ ◇ビーフシチュー◇ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇あったかおでん◇ 白滝(糸こんにゃく) 大根 人参 焼きちくわ 生揚げ(厚揚げ) うずら卵水煮 鶏もも 薄口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 ◇味噌汁◇ 白菜 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの塩焼き◇ カラスカレイ 食塩 ◇ビーフンサラダ◇ ビーフン キャベツ 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ふじ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの竜田揚げ◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 サラダ油 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ピラフ◇ 精白米 サラダ油 だし汁 鶏挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 ◇ブロッコリーサラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 フレッシュ 食塩 ◇玉子スープ◇ 鶏卵 薄口醤油 食塩 だし汁 片栗粉 青ねぎ ◇いよかん◇ いよかん	◇醤油ラーメン◇ ラーメン 豚ももスライス 白菜 しめじ 冷)カーネルコーン ガラスープ(顆粒) 濃口醤油 ごま油 青ねぎ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ かぶ 人参 鶏挽き肉 たまねぎ おろし生姜 サラダ油 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇りんご◇王林 りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の西京焼き◇ トラウトサーモン 白味噌 本みりん 合成酒 食塩 ◇大根の梅サラダ◇ 大根 人参 梅干し 米酢 濃口醤油 三温糖 糸かつお ◇清まし汁◇ キャベツ 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇NEGイエローロール◇ NEGイエローロール ◇ビーフシチュー◇ 牛ももスライス じゃがいも たまねぎ 人参 サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ 鶏ささみ ほうれん草 人参 マヨドレ(卵不使用) 白ねりごま 白すりごま 薄口醤油 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇きなこ揚げパン◇	◇牛乳◇ ◇今川焼き◇ｶｽﾀｰﾄﾞ	◇牛乳◇ ◇スイートポテト◇	◇牛乳◇ ◇チーズクッキー◇卵不使用	◇麦茶◇ ◇昆布おにぎり◇	◇牛乳◇ ◇あずきときなこのスコーン◇	◇りんごジュース◇ ◇米粉さつまいもドーナツ◇



	1月29日(土)	1月31日(月)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇
給食	◇ご飯◇ ◇麻婆豆腐◇ ◇春雨の酢の物◇ ◇りんご◇ｼﾞｮﾝｺﾞｰﾙﾄﾞ	◇ご飯◇ ◇カレーの磯辺焼き◇ ◇ほうれん草の白和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇麻婆豆腐◇ 木綿豆腐 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 おろし生姜 おろしにんにく ごま油 赤味噌 三温糖 濃口醤油 合成酒 ガラスープ(顆粒) 片栗粉 青ねぎ ◇春雨の酢の物◇ 春雨 人参 胡瓜 米酢 三温糖 薄口醤油 ◇りんご◇ｼﾞｮﾝｺﾞｰﾙﾄﾞ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの磯辺焼き◇ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり ◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 薄口醤油 ほうれん草 人参 糸こんにゃく 薄口醤油 三温糖 ◇清まし汁◇ キャベツ しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇パームクーヘン◇	◇牛乳◇ ◇れんこんチップス◇

<今月使用の旬の食材>  
 ブロッコリー カリフラワー ごぼう 大根  
 さつまいも 春菊 水菜 白菜 れんこん  
 みかん いよかん  
 お誕生日会・・・28日  
 ※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。





令和3年 野上あゆみ保育園

1月献立表(完了食)

	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
朝おやつ	◇麦茶◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリゾとおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリゾとおせんべい◇
給食	◇ご飯◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇ポテトサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇カレーの香味焼き◇ ◇大根のツナサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉のパン粉焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇食パン◇ ◇ポークビーンズ◇ ◇マカロニサラダ◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇	◇ご飯◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇王林◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇ひじきの煮物◇ ◇清まし汁◇ ◇いよかん◇	◇ミートスパゲティ◇ ◇れんこんのごまドレ和え◇ ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇ポテトサラダ◇ じゃがいも 人参 カーネルコーン 薄口醤油 食塩 ◇清まし汁◇ カットわかめ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの香味焼き◇ カラスカレ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 おろしにんにく ◇大根のツナサラダ◇ 大根 人参 ライトツナフレーク 米酢 薄口醤油 三温糖 ごま油 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のパン粉焼き◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 パルメザンチーズ サラダ油 ◇わかめ和え◇ 白菜 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ キャベツ 油揚げ だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇食パン◇ NEG耳なし食パン ◇ポークビーンズ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 おろしにんにく チキンコンソメ トマトケチャップ 食塩 水 三温糖 ◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 カーネルコーン マヨドレ(卵不使用) 食塩 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ おろし生姜 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ 大根 生揚げ(厚揚げ) 人参 薄口醤油 三温糖 だし汁 ◇清まし汁◇ えのき茸 人参 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇王林 りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇ひじきの煮物◇ 大豆水煮 乾)ひじき 人参 油揚げ 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇いよかん◇ いよかん	◇ミートスパゲティ◇ スパゲティ おろしにんにく 豚挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン サラダ油 ダイストマト トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ 食塩 ◇れんこんのごまドレ和え◇ れんこん 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま マヨドレ(卵不使用) 濃口醤油 三温糖 米酢 さやいんげん ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ かぶ 大豆水煮 カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 水 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト80g*
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇マカロニみたらし◇	◇牛乳◇ ◇手作りクッキー◇卵不使用◇	◇牛乳◇ ◇じゃこトースト◇	◇麦茶◇ ◇大根粥◇	◇牛乳◇ ◇きなこマカロニ◇	◇牛乳◇ ◇りんごクリームサンド◇	◇麦茶◇ ◇おかおかにぎり◇
	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリゾとおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇
給食	◇ご飯◇ ◇ちゃんこ鍋風◇ ◇煮魚◇ ◇ブロッコリー◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇鮭の漬け焼き◇ ◇ほうれん草の納豆和え◇ ◇豚汁◇ ◇りんご◇ふじ◇	◇ご飯◇ ◇豚肉のねぎ炒め◇ ◇レタスときさみの梅和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ポークカレー◇ ◇ひじきサラダ◇ ◇いよかん◇	◇ご飯◇ ◇鶏肉の味噌焼き◇ ◇キャベツとしらすの磯和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇わかめうどん◇ ◇ささみの煮物◇ ◇りんご◇'ジョナ'ール'◇	◇ご飯◇ ◇豚肉の生姜焼き◇ ◇ゆかり和え◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇ちゃんこ鍋風◇ 豚挽き肉 たまねぎ 木綿豆腐 おろし生姜 食塩 片栗粉 白菜 小松菜 生椎茸 人参 だし汁 薄口醤油 合成酒 三温糖 本みりん 食塩 ガラスープ(顆粒) ◇煮魚◇ カラスカレ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇ブロッコリー◇ ブロッコリー 食塩 ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の漬け焼き◇ トラウトサーモン 薄口醤油 本みりん 合成酒 ◇ほうれん草の納豆和え◇ ほうれん草 人参 納豆 薄口醤油 ◇豚汁◇ 大根 人参 さつまいも 油揚げ 豚ももスライス だし汁 白味噌 青ねぎ ◇りんご◇ふじ◇ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉のねぎ炒め◇ 豚ももスライス たまねぎ 長葱 青ねぎ おろし生姜 おろしにんにく 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇レタスときさみの梅和え◇ レタス 鶏ささみ 人参 梅干し 米酢 三温糖 ごま油 食塩 糸かつお ◇清まし汁◇ 大根 しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ポークカレー◇ α化米 水 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 食塩 チキンコンソメ ◇ひじきサラダ◇ 乾)ひじき 三温糖 濃口醤油 人参 カーネルコーン ライトツナフレーク油漬 マヨドレ(卵不使用) ◇いよかん◇ いよかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の味噌焼き◇ 鶏もも 赤味噌 濃口醤油 三温糖 合成酒 ◇キャベツとしらすの磯和え◇ キャベツ 人参 しらす ごま油 濃口醤油 三温糖 きざみのり ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇わかめうどん◇ うどん カットわかめ 小松菜 人参 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇ささみの煮物◇ 鶏ささみ 薄口醤油 本みりん だし汁 ◇りんご◇'ジョナ'ール'◇ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇ゆかり和え◇ もやし 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ ごぼう 小町麩 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇シュガートースト◇	◇牛乳◇ ◇ジャムクッキー◇卵不使用◇	◇牛乳◇ ◇豆腐みたらし◇	◇麦茶◇ ◇フルーツヨーグルト◇	◇牛乳◇ ◇お麩うり◇	◇牛乳◇ ◇ふかし芋◇	◇牛乳◇ ◇かぼちゃキャロット◇

	1月21日(金)	1月22日(土)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇	◇牛乳◇ ◇小魚せんべい◇	◇牛乳◇ ◇岩塚のお子様せんべい◇	◇牛乳◇ ◇しらす&わかめせんべい◇
給食	◇ご飯◇ ◇あったかおでん◇ ◇味噌汁◇ ◇みかん◇	◇ご飯◇ ◇カレーの塩焼き◇ ◇ビーフンサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇ふじ◇	◇ご飯◇ ◇さわらの竜田焼き◇ ◇白菜のごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ピラフ◇ ◇ブロッコリーサラダ◇ ◇すまし汁◇ ◇いよかん◇	◇野菜たっぷりうどん◇ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ ◇りんご◇王林◇	◇ご飯◇ ◇鮭の西京焼き◇ ◇大根の梅サラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇NEGイエローロール◇ ◇ポークシチュー◇ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ ◇みかん◇ ◇牛乳◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇あったかおでん◇ 白滝(糸こんにゃく) 大根 人参 生揚げ(厚揚) 鶏もも 薄口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 ◇味噌汁◇ 白菜 えのき茸 だし汁 白味噌 青ねぎ ◇みかん◇ みかん	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの塩焼き◇ カラスカレイ 食塩 ◇ビーフンサラダ◇ ビーフン キャベツ 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ふじ◇ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇さわらの竜田焼き◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 ◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 サラダ油 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ピラフ◇ 精白米 サラダ油 だし汁 鶏挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン カーネルコーン チキンコンソメ 薄口醤油 食塩 ◇ブロッコリーサラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 薄口醤油 三温糖 米酢 ◇すまし汁◇ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 片栗粉 青ねぎ ◇いよかん◇ いよかん	◇野菜たっぷりうどん◇ うどん 豚ももスライス 白菜 しめじ カーネルコーン だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 青ねぎ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ かぶ 人参 鶏挽き肉 たまねぎ おろし生姜 サラダ油 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇りんご◇王林◇ りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇鮭の西京焼き◇ トラウトサーモン 白味噌 本みりん 合成酒 食塩 ◇大根の梅サラダ◇ 大根 人参 梅干し 米酢 濃口醤油 三温糖 糸かつお ◇清まし汁◇ キャベツ 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇NEGイエローロール◇ NEGイエローロール ◇ポークシチュー◇ 豚ローススライス じゃがいも たまねぎ 人参 サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) トマトケチャップ 食塩 チキンコンソメ ◇ササミとほうれん草ごまマヨ和え◇ 鶏ささみ ほうれん草 人参 マヨドレ(卵不使用) 白ねりごま 白すりごま 薄口醤油 ◇みかん◇ みかん ◇牛乳◇ 牛乳
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇きなこパン◇	◇牛乳◇ ◇じゃが芋マッシュ◇	◇牛乳◇ ◇スイートポテト◇	◇牛乳◇ ◇チーズクッキー◇卵不使用◇	◇麦茶◇ ◇ゆかりおにぎり◇	◇牛乳◇ ◇きなこマカロニ◇	◇りんごジュース◇ ◇さつまいもスティック◇



	1月29日(土)	1月31日(月)
朝おやつ	◇牛乳◇ ◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇牛乳◇ ◇ハイハイ◇
給食	◇ご飯◇ ◇麻婆豆腐◇ ◇春雨の酢の物◇ ◇りんご◇'ジョナゴールド' ◇りんご◇	◇ご飯◇ ◇カレーの磯辺焼き◇ ◇ほうれん草の白和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇
材料	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇麻婆豆腐◇ 木綿豆腐 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 おろし生姜 おろしにんにく ごま油 赤味噌 三温糖 濃口醤油 合成酒 ガラスープ(顆粒) 片栗粉 青ねぎ ◇春雨の酢の物◇ 春雨 人参 胡瓜 米酢 三温糖 薄口醤油 ◇りんご◇'ジョナゴールド' りんご	◇ご飯◇ 精白米 水 ◇カレーの磯辺焼き◇ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり ◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 薄口醤油 ほうれん草 人参 糸こんにゃく 薄口醤油 三温糖 ◇清まし汁◇ キャベツ しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ
3時おやつ	◇牛乳◇ ◇マカロニみたらし◇	◇牛乳◇ ◇れんこんのおやき◇

< 今月使用の旬の食材 >

ブロッコリー カリフラワー ごぼう 大根  
さつまいも 白菜 れんこん  
みかん いよかん

お誕生日会・・・28日

※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。



	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
朝おやつ	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇
給食	◇軟飯◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇ポテトサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇みかん◇	◇軟飯◇ ◇カレーの生姜焼き◇ ◇大根のサラダ◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇軟飯◇ ◇鶏肉のパン粉焼き◇ ◇わかめ和え◇ ◇味噌汁◇ ◇バナナ◇	◇食パン◇ ◇ポークビーンズ◇ ◇マカロニサラダ◇ ◇みかん◇	◇軟飯◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇王林	◇軟飯◇ ◇鶏肉の照り焼き◇ ◇ひじきの煮物◇ ◇清まし汁◇ ◇いよかん◇	◇ミートスパゲティ◇ ◇大根のごま和え◇ ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇ポテトサラダ◇ じゃがいも 人参 冷)カーネルコーン 薄口醤油 食塩 ◇清まし汁◇ カットわかめ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇みかん◇ みかん	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇カレーの生姜焼き◇ カラスカレ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 ◇大根のサラダ◇ 大根 人参 米酢 薄口醤油 三温糖 ごま油 ◇味噌汁◇ 充填豆腐(絹) 小町麩 だし汁 白味噌 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉のパン粉焼き◇ 鶏もも 食塩 ドライパン粉 サラダ油 ◇わかめ和え◇ 白菜 人参 カットわかめ ごま油 濃口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ キャベツ 油揚げ だし汁 白味噌 ◇バナナ◇ バナナ	◇食パン◇ NEG耳なし食パン ◇ポークビーンズ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも 大豆水煮 サラダ油 おろし生姜 トマトケチャップ 食塩 三温糖 だし汁 ◇マカロニサラダ◇ マカロニ ブロッコリー 人参 カーネルコーン 薄口醤油 三温糖 米酢 ◇みかん◇ みかん	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ おろし生姜 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇厚揚げと大根の炊いたん◇ 大根 生揚げ(厚揚げ) 人参 薄口醤油 三温糖 だし汁 ◇清まし汁◇ えのき茸 人参 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇王林 りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の照り焼き◇ 鶏もも 濃口醤油 三温糖 合成酒 片栗粉 ◇ひじきの煮物◇ 大豆水煮 乾)ひじき 人参 油揚げ 三温糖 濃口醤油 合成酒 本みりん だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇いよかん◇ いよかん	◇ミートスパゲティ◇ スパゲティ 豚挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン サラダ油 ダイストマト トマトケチャップ ウスターソース だし汁 食塩 ◇大根のごま和え◇ 大根 人参 三温糖 濃口醤油 だし汁 白すりごま 濃口醤油 三温糖 米酢 さやいんげん ◇かぶとお豆のほくほくスープ◇ かぶ 大豆水煮 カーネルコーン 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇マカロニみたらし	◇手作りクッキー◇卵不使用	◇シュガートースト◇	◇麦茶◇ ◇大根粥◇	◇きなこマカロニ◇	◇りんごジャムサンド◇	◇麦茶◇ ◇おかおにぎり◇軟飯
朝おやつ	◇ハイハイ◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇小魚せんべい◇
給食	◇軟飯◇ ◇ちゃんこ鍋風◇ ◇煮魚◇ ◇ブロッコリー◇ ◇みかん◇	◇軟飯◇ ◇カレーの漬け焼き◇ ◇ほうれん草の納豆和え◇ ◇豚汁◇ ◇りんご◇ふじ	◇軟飯◇ ◇豚肉の炒めもの◇ ◇レタスとささみの梅和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇軟飯◇ ◇ポトフ◇ ◇ひじきの煮物◇ ◇いよかん◇	◇軟飯◇ ◇鶏肉の味噌焼き◇ ◇キャベツの磯和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇わかめうどん◇ ◇ささみの煮物◇ ◇りんご◇'ジョナゴールド'	◇軟飯◇ ◇豚肉の生姜焼き◇ ◇ゆかり和え◇ ◇味噌汁◇ ◇ヨーグルト◇
材料	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇ちゃんこ鍋風◇ 豚挽き肉 たまねぎ 木綿豆腐 おろし生姜 食塩 片栗粉 白菜 小松菜 生椎茸 人参 だし汁 薄口醤油 合成酒 三温糖 本みりん 食塩 だし汁 ◇煮魚◇ カラスカレ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇ブロッコリー◇ ブロッコリー 食塩 ◇みかん◇ みかん	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇カレーの漬け焼き◇ カラスカレ 薄口醤油 本みりん 合成酒 ◇ほうれん草の納豆和え◇ ほうれん草 人参 納豆 薄口醤油 ◇豚汁◇ 大根 人参 さつまいも 油揚げ 豚ももスライス だし汁 白味噌 ◇りんご◇ふじ りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の炒めもの◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇レタスとささみの梅和え◇ レタス 鶏ささみ 人参 梅干し 米酢 三温糖 ごま油 食塩 糸かつお ◇清まし汁◇ 大根 しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇軟飯◇ α化米 水 ◇ポトフ◇ 豚ももスライス たまねぎ 人参 じゃがいも サラダ油 濃口醤油 食塩 だし汁 ◇ひじきの煮物◇ ひじき ステンレス(乾) 三温糖 濃口醤油 人参 冷)カーネルコーン だし汁 ◇いよかん◇ いよかん	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇鶏肉の味噌焼き◇ 鶏もも 赤味噌 濃口醤油 三温糖 合成酒 ◇キャベツの磯和え◇ キャベツ 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 きざみのり ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇わかめうどん◇ うどん カットわかめ 小松菜 人参 だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇ささみの煮物◇ 鶏ささみ 薄口醤油 本みりん だし汁 ◇りんご◇'ジョナゴールド' りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇豚肉の生姜焼き◇ 豚ももスライス たまねぎ おろし生姜 濃口醤油 三温糖 本みりん 合成酒 サラダ油 片栗粉 ◇ゆかり和え◇ もやし 人参 ゆかり 薄口醤油 三温糖 ◇味噌汁◇ 小町麩 だし汁 白味噌 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト
3時おやつ	◇シュガートースト◇	◇ジャムクッキー◇卵不使用	◇豆腐みたらし◇	◇麦茶◇ ◇フルーツヨーグルト◇	◇お麩すり◇	◇ふかし芋◇	◇かぼちゃキャラット◇



	1月21日(金)	1月22日(土)	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)
朝おやつ	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇	◇野菜入りソフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇小魚せんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇しらす&わかめせんべい◇
給食	◇軟飯◇ ◇あったかおでん◇ ◇味噌汁◇ ◇みかん◇	◇軟飯◇ ◇カレーの塩焼き◇ ◇ビーフンサラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇りんご◇ふじ	◇軟飯◇ ◇さわらの竜田焼き◇ ◇白菜のごま和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇	◇ピラフ◇軟 ◇ブロッコリーサラダ◇ ◇すまし汁◇ ◇いよかん◇	◇野菜たっぷりうどん◇ ◇かぶのそぼろあんかけ◇ ◇りんご◇王林	◇軟飯◇ ◇カレーの西京焼き◇ ◇大根の梅サラダ◇ ◇清まし汁◇ ◇ヨーグルト◇	◇食パン◇ ◇ポークシチュー◇ ◇ササミとほうれん草ごま和え◇ ◇みかん◇
材料	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇あったかおでん◇ 大根 人参 生揚げ(厚揚) 鶏もも 薄口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 ◇味噌汁◇ 白菜 えのき茸 だし汁 白味噌 ◇みかん◇ みかん	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇カレーの塩焼き◇ カラスカレイ 食塩 ◇ビーフンサラダ◇ ビーフン キャベツ 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 米酢 白すりごま ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇りんご◇ふじ りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇さわらの竜田焼き◇ サワラ 薄口醤油 本みりん 合成酒 おろし生姜 片栗粉 ◇白菜のごま和え◇ 白菜 人参 サラダ油 白すりごま 三温糖 濃口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ カットわかめ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ	◇ピラフ◇軟 精白米 サラダ油 だし汁 鶏挽き肉 たまねぎ 人参 ピーマン カーネルコーン 薄口醤油 食塩 ◇ブロッコリーサラダ◇ ブロッコリー カリフラワー 人参 薄口醤油 三温糖 米酢 ◇すまし汁◇ 小町麩 薄口醤油 食塩 だし汁 片栗粉 ◇いよかん◇ いよかん	◇野菜たっぷりうどん◇ うどん 豚ももスライス 白菜 しめじ(ぶなしめじ) 冷)カーネルコーン だし汁 薄口醤油 本みりん 食塩 ◇かぶのそぼろあんかけ◇ かぶ 人参 鶏挽き肉 たまねぎ おろし生姜 サラダ油 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 本みりん 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇りんご◇王林 りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇カレーの西京焼き◇ カラスカレイ 白味噌 本みりん 合成酒 食塩 ◇大根の梅サラダ◇ 大根 人参 梅干し 米酢 濃口醤油 三温糖 糸かつお ◇清まし汁◇ キャベツ 油揚げ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇ヨーグルト◇ チヤス低糖ヨーグルト	◇食パン◇ NEG耳なし食パン ◇ポークシチュー◇ 豚ローススライス じゃがいも たまねぎ 人参 サラダ油 バター 小麦粉(薄力粉) トマトケチャップ 食塩 だし汁 ◇ササミとほうれん草ごま和え◇ 鶏ささみ ほうれん草 人参 白ねりごま 白すりごま 薄口醤油 ◇みかん◇ みかん
3時おやつ	◇きなこパン◇	◇じゃが芋マッシュ◇	◇スイートポテト◇	◇手作りクッキー◇卵不使用	◇麦茶◇ ◇ゆかりおにぎり◇軟飯	◇きなこマカロニ◇	◇さつまいもスティック◇

	1月29日(土)	1月31日(月)
朝おやつ	◇野菜入りソフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇
給食	◇軟飯◇ ◇麻婆豆腐◇ ◇春雨の酢の物◇ ◇りんご◇'ジョナゴールド'	◇軟飯◇ ◇カレーの磯辺焼き◇ ◇ほうれん草の白和え◇ ◇清まし汁◇ ◇バナナ◇
材料	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇麻婆豆腐◇ 木綿豆腐 豚挽き肉 たまねぎ 生椎茸 おろし生姜 ごま油 赤味噌 三温糖 濃口醤油 合成酒 だし汁 片栗粉 ◇春雨の酢の物◇ 春雨 人参 胡瓜 米酢 三温糖 薄口醤油 ◇りんご◇'ジョナゴールド' りんご	◇軟飯◇ 精白米 水 ◇カレーの磯辺焼き◇ カラスカレイ 薄口醤油 本みりん 合成酒 青のり ◇ほうれん草の白和え◇ 木綿豆腐 白ねりごま 三温糖 食塩 薄口醤油 ほうれん草 人参 薄口醤油 三温糖 ◇清まし汁◇ キャベツ しめじ 薄口醤油 食塩 だし汁 ◇バナナ◇ バナナ
3時おやつ	◇マカロニみたらし	◇じゃが芋マッシュ◇

<今月使用の旬の食材>

ブロッコリー カリフラワー 大根  
さつまいも 白菜  
みかん いよかん

お誕生日会・・・28日

※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。







	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
朝おやつ	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇
給食	◇7倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇かぶの煮物◇
材料	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇大根の煮物◇ 大根 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 三温糖 薄口醤油 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ 白菜 薄口醤油 だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 大根 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇かぶの煮物◇ かぶ 三温糖 薄口醤油 だし汁
3時おやつ	◇みかん◇	◇じゃが芋マッシュ◇	◇バナナ◇	◇みかん◇	◇りんご◇王林	◇いよかん◇	◇さつまいもマッシュ◇
朝おやつ	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇
給食	◇7倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇さつまいもマッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇豆腐とほうれん草のトロトロ煮◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇タラの煮付け◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇煮魚◇ カラスカレイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 三温糖 薄口醤油 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ 白菜 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇さつまいもマッシュ◇ さつまいも だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇大根の煮物◇ 大根 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐とほうれん草のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) ほうれん草 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮付け◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁
3時おやつ	◇みかん◇	◇りんご◇ふじ	◇バナナ◇	◇いよかん◇	◇バナナ◇	◇りんご◇ジヨウ-ル*	◇さつまいもマッシュ◇

	1月21日 (金)	1月22日 (土)	1月24日 (月)	1月25日 (火)	1月26日 (水)	1月27日 (木)	1月28日 (金)
朝おやつ	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇岩塚のお子様せんべい◇	◇ハイハイ◇
給食	◇7倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇さわらの煮付け◇ ◇白菜のトロトロ煮◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇たららの煮付け◇ ◇かぶの煮物◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇ほうれん草の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇大根の煮物◇ 大根 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 白菜 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇さわらの煮付け◇ サワラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇白菜のトロトロ煮◇ 白菜 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 薄口醤油 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇たららの煮付け◇ マダラ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇かぶの煮物◇ かぶ 三温糖 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇大根の煮物◇ 大根 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ じゃがいも 薄口醤油 だし汁
3時おやつ	◇みかん◇	◇りんご◇ふじ	◇バナナ◇	◇いよかん◇	◇りんご◇王林	◇じゃが芋マッシュ◇	◇みかん◇



	1月29日 (土)	1月31日 (月)
朝おやつ	◇野菜入りリフトおせんべい◇	◇ハイハイ◇
給食	◇7倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇7倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) 三温糖 薄口醤油 だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 薄口醤油 だし汁	◇7倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 三温糖 薄口醤油 だし汁 ◇清まし汁◇ ほうれん草 薄口醤油 だし汁
3時おやつ	◇りんご◇ジ'ョ'ルト	◇バナナ◇

◇今月使用の旬の食材◇  
 かぼちゃ さつまいも 大根 白菜  
 みかん いよかん  
 お誕生日会・・・28日  
 ※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。



令和3年 野上あゆみ保育園




1月献立表(初期食)

	1月4日(火)	1月5日(水)	1月6日(木)	1月7日(金)	1月8日(土)	1月11日(火)	1月12日(水)
給食	◇10倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇たらの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇かぶの煮物◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレ だし汁 ◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇たらの煮付け◇ マダラ だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁 ◇清まし汁◇ 大根 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん だし汁 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 だし汁 片栗粉 ◇かぶの煮物◇ かぶ だし汁
	1月13日(木)	1月14日(金)	1月15日(土)	1月17日(月)	1月18日(火)	1月19日(水)	1月20日(木)
給食	◇10倍粥◇ ◇煮魚◇ ◇人参の昆布だし煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇さつまいもマッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇タラの煮つけ◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐とほうれん草のトロトロ煮◇ ◇じゃが芋マッシュ◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇タラの煮付け◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇煮魚◇ カラスカレ だし汁 片栗粉 ◇人参の昆布だし煮◇ 人参 昆布だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレ だし汁 ◇さつまいもマッシュ◇ さつまいも だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮つけ◇ マダラ だし汁 片栗粉 ◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐とほうれん草のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) ほうれん草 だし汁 片栗粉 ◇じゃが芋マッシュ◇ じゃがいも だし汁 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇タラの煮付け◇ マダラ だし汁 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん だし汁 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレ だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カラスカレ だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁

	1月21日 (金)	1月22日 (土)	1月24日 (月)	1月25日 (火)	1月26日 (水)	1月27日 (木)	1月28日 (金)
給食	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇たららの煮付け◇ ◇にんじんのトロトロ煮◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇やわらかうどん◇ ◇たららの煮付け◇ ◇かぶの煮物◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇大根の煮物◇ ◇清まし汁◇	◇パン粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇ほうれん草の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁 ◇清まし汁◇ 充填豆腐(絹) だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇たららの煮付け◇ マダラ だし汁 ◇にんじんのトロトロ煮◇ 人参 だし汁 片栗粉 ◇清まし汁◇ たまねぎ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐と人参のトロトロ煮◇ 充填豆腐(絹) 人参 だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ だし汁 ◇清まし汁◇ 小町麩 だし汁	◇やわらかうどん◇ うどん だし汁 ◇たららの煮付け◇ マダラ だし汁 ◇かぶの煮物◇ かぶ だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ だし汁 ◇大根の煮物◇ 大根 だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇パン粥◇ NEG耳なし食パン 粉ミルク 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇ほうれん草の煮物◇ ほうれん草 だし汁 ◇清まし汁◇ じゃがいも だし汁



	1月29日 (土)	1月31日 (月)
給食	◇10倍粥◇ ◇豆腐煮◇ ◇たまねぎの煮物◇ ◇清まし汁◇	◇10倍粥◇ ◇カレーの煮付け◇ ◇人参の煮物◇ ◇清まし汁◇
材料	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇豆腐煮◇ 充填豆腐(絹) だし汁 片栗粉 ◇たまねぎの煮物◇ たまねぎ だし汁 ◇清まし汁◇ 人参 だし汁	◇10倍粥◇ 精白米 水 ◇カレーの煮付け◇ カスガイ だし汁 ◇人参の煮物◇ 人参 だし汁 ◇清まし汁◇ ほうれん草 だし汁



<今月使用の旬の食材>  
 かぼちゃ さつまいも 大根  
 お誕生日会・・・28日  
 ※仕入れの都合により献立が変更になる場合がございます。

