



1月分給食献立表

長太の浦保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ
4	金	牛乳	オレンジ スパゲティミートソース, キャベツとコーンのスープ	豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・バター・小麦粉・ケチャップ ソース・スープの素/ベーコン・キャベツ・じゃがいも・コーン・ねぎ・スープの素	醗酵乳鉄強化 菓子
5	土	牛乳	りんご 肉うどん・果物	豚肉・にんじん・たまねぎ・かまぼこ・ふ・ねぎ/果物	
7	月	牛乳	バナナ ひじきごはん, 紅白なます, はくさいのすまし汁	鶏肉・ひじき・にんじん・あげ・グリーンピース・紅しょうが/ だいこん・にんじん・ごま/はくさい・たまねぎ・ねぎ・豆腐	牛乳 白蒸しパン
8	火	牛乳	みかん 五目うどん, かぼちゃの甘煮, 果物	豚肉・たまねぎ・にんじん・干しいたけ・チンゲン菜/かぼちゃ/果物	醗酵乳鉄強化 バームクーヘン
9	水	牛乳	チーズ ごはん, 豆腐の変わり揚げ, ポイルキャベツ, さつまいものみそ汁	絞り豆腐・にんじん・ひじき・ねぎ・しょうが/キャベツ/ さつまいも・たまねぎ・もやし・こまつな・みそ	ミルク ミニフィッシュ・菓子
10	木	牛乳	オレンジ ごはん, 魚のおろし煮, 具だくさん汁	白身魚・しょうが・だいこん/じゃがいも・たまねぎ・ にんじん・えのきたけ・ほうれん草	牛乳 れんこんチップ
11	金	牛乳	バナナ ごはん, ロモ・サルタード, キャベツサラダ	牛肉・じゃがいも・にんにく・たまねぎ・ピーマン・トマト・ ケチャップ・スープの素/キャベツ・ハム・きゅうり・にんじん	ぜんざい
12	土	牛乳	オレンジ 鶏肉うどん・果物	鶏肉・ねぎ・にんじん・ほうれん草/果物	
15	火	牛乳	オレンジ スパゲティナポリタン, はくさいスープ, 果物	豚肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・しめじ・ケチャップ・ソース/ ベーコン・はくさい・にんじん・ほうれんそう・スープの素/果物	わかめおにぎり
16	水	牛乳	バナナ にんじんごはん, 三平汁, もやしのナムル	にんじん・昆布・鮭・はくさい・さといも・たまねぎ・だいこん・ねぎ・ 白みそ/もやし・にんじん・こまつな・ごま・しょうが・ごま油	ミルク チーズ・菓子
17	木	牛乳	みかん ごはん, 筑前煮, 豆腐のみそ汁	鶏肉・干しいたけ・さといも・ごぼう・れんこん・にんじん/ もやし・豆腐・にんじん・だいこん・たまねぎ・ねぎ・みそ	醗酵乳鉄強化 せんべい
18	金	牛乳	りんご ドライカレー, フレンチサラダ, 果物	パセリ・バター・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマン・レーズン・小麦粉・ カレー粉・ソース・ケチャップ・スープの素/ハム・レタス・にんじん・コーン/果物	おたのしみ
19	土	牛乳	バナナ みそ焼きうどん・わかめスープ・果物	豚肉・にんじん・ピーマン・キャベツ・もやし/わかめ・ごま/果物	
21	月	牛乳	バナナ ごはん, 肉だんごスープ, だいこんサラダ	鶏ひき肉・たまねぎ・豆腐・しょうが・パン粉・しいたけ・にんじん・はくさい・ ねぎ/ハム・だいこん・きゅうり・にんじん・マヨネーズ	ミルク サブレ
22	火	牛乳	みかん 中華うどん, もやしのごま和え, 果物	豚肉・たけのこ・たまねぎ・にんじん・干しいたけ・チンゲン菜・ ごま油・中華スープ/もやし・にんじん・ツナ・ごま/果物	牛乳 ホットドッグ
23	水	牛乳	オレンジ ごはん, 魚の照り煮, こまつなのすまし汁	季節の魚・しょうが/豆腐・はくさい・だいこん・ にんじん・こまつな・あげ	牛乳 りんごと豆乳の蒸しパン
24	木	牛乳	バナナ ごはん, 高野豆腐の煮物, かぶのみそ汁, 果物	鶏肉・高野豆腐・干しいたけ・さといも・にんじん・グリーンピース/ かぶ・しめじ・たまねぎ・ねぎ・みそ/果物	醗酵乳鉄強化 菓子
25	金	牛乳	みかん ごはん, 白身魚のカレー揚げ, ブロッコリー, トマト, フェイジョン	白身魚・しょうが・カレー粉/ブロッコリー・マヨネーズ・トマト/ ゆで大豆・にんにく・ベーコン・たまねぎ・にんじん	ミルク 菓子
26	土	牛乳	バナナ 焼きそば風スパゲティ・わかめスープ・果物	豚肉・にんじん・ピーマン・キャベツ・もやし/わかめ・ごま/果物	
28	月	牛乳	バナナ ごはん, パンプキンシチュー, ブロッコリーサラダ	鶏肉・かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・クリームコーン スキムミルク/ブロッコリー・ハム・コーン・マヨネーズ	ミルク おからせんべい
29	火	牛乳	オレンジ 豆乳みそスパゲティ, かつおのごま和え	ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・コーン・にんにく・豆乳・ チンゲン菜・みそ/キャベツ・ツナ・にんじん・もやし・ごま・かつお節	牛乳 豆腐ドーナツ
30	水	牛乳	バナナ ごはん, 煮魚, だいこんのみそ汁	白身魚・しょうが・たまねぎ/だいこん・にんじん・ じゃがいも・えのきたけ・ねぎ・あげ・みそ	ミルク あられ
31	木	ヨーグルト	ごはん, 鶏の甘酢和え, ポイルキャベツ, トマト, はるさめスープ	鶏肉/キャベツ・ソース・トマト/豆腐・にんじん・ チンゲン菜・しめじ・はるさめ・中華スープ	醗酵乳鉄強化 菓子



“保育所(園)の給食は手作りで。
おやつも週2回手作りです。”