

苗 間 保 育 園 献 立 表

2020年1月

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1		2		3		4	
										スバグッティ ミートソース 果物 麦茶	
										お菓子 麦茶	
6		7		8		9		10		11	
せんべい 麦茶		ビスケット 麦茶		せんべい 麦茶		クラッカー 麦茶		せんべい 麦茶			
カレーライス	七分つき米 豚肉(もも) たまねぎ にんじん じゃがいも かぼちゃ にんにく 油 カレー粉 ケチャップ 中濃ソース カレールー 食塩 小	ごはん 果物	七分つき米	赤飯 麦茶	七分つき米 もち米 水 ささげ(乾) 食塩 いらりごま	ごはん 果物 麦茶	七分つき米	ジャージャーうどん	ゆでうどん 豚ひき肉 たまねぎ にんじん きゅうり きび砂糖 しょうゆ みそ 油 ごま油 片栗粉	そばろごはん	七分つき米 鶏ひき肉 きび砂糖 しょうゆ
キャベツとコーンのスープ	キャベツ コーン缶 食塩 野菜フイヨン	みそ汁(人参、じゃが芋、あげ)	にんじん じゃがいも 木綿豆腐 みそ 煮干だし汁	お雑煮風	だいこん にんじん みつば 鶏糸切り肉(皮付き) かつお節 こんぶ(だし用) 食塩 しょうゆ さといも	みそ汁(大根、小松菜、あげ)	だいこん 油揚げ こまつな みそ 煮干だし汁	じゃがいもとささ身のこま和え	じゃがいも にんじん フロッコリー 鶏ささ身 いらりごま きび砂糖 しょうゆ	けんちん汁	鶏糸切り肉(皮付き) 木綿豆腐 にんじん だいこん 食塩 しょうゆ だし節 油揚げ
果物		すき焼風煮 麦茶	はくさい たまねぎ 豚肉(もも) きび砂糖 本みりん しょうゆ 焼き豆腐 しらたき にんじん	鶏のからあげ	鶏もも肉(皮付き) しょうゆ しょうが 油 片栗粉	さんまの蒲焼	さんま 片栗粉 油 きび砂糖 しょうゆ 酒 水	果物	みかん	果物	りんご
牛乳		板ずりきゅうり	きゅうり 食塩	なます 果物	にんじん だいこん 食塩 きび砂糖 酢 食塩	豆腐のサラダ	鶏ささ身 にんじん きゅうり 木綿豆腐 いらりごま 油 酢 しょうゆ ごま油	牛乳	麦茶パック	麦茶	麦茶パック
おにぎり(わかめ)	七分つき米 炊き込みわかめ	ペイクドポテト	じゃがいも 食塩 油	七草がゆ	七分つき米 水 さつまいも 食塩 こんぶ(だし用) 七草	タンプリングシチュー	鶏糸切り肉 たまねぎ にんじん はくさい 油 食塩 しょうゆ だし節 小麦粉 卵 水 小麦粉 片栗粉 水	きな粉サンド	食パン マーガリン きび砂糖 きな粉	お菓子	
チーズ 麦茶	チーズ	田作り 牛乳	いわし(煮干し) きび砂糖 しょうゆ 水	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	おやつ昆布 牛乳	おしゃぶり昆布	麦茶	麦茶
13		14		15		16		17		18	
		せんべい 麦茶		せんべい 麦茶		ポーロ 麦茶		せんべい 麦茶			
		ごはん 麦茶	七分つき米	あんかけ焼きそば	焼きそばめん 豚肉(もも) たまねぎ にんじん キャベツ もやし 干しいだけ たけのこ(ゆで) 油 きび砂糖 食塩 しょうゆ 野菜フイ	ごまごはん	七分つき米 黒ごま 食塩	ごはん	七分つき米	スバグッティ ミートソース	スバグッティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ビーマン 干しいだけ 油 ケチャップ 中濃ソース 食塩 トマト
		沢煮椀 果物	豚肉(ばら) にんじん ごぼう たけのこ(ゆで) だいこん 干しいだけ しょうゆ 食塩 だし節 油 こまつな	豆腐とわかめのスープ	木綿豆腐 生わかめ しょうゆ こんぶ(だし用) かつお節 食塩	ワンタンスープ	豚ひき肉 たまねぎ にんじん もやし ねぎ ワンタンの皮 食塩 しょうゆ 野菜フイヨン	豚汁 麦茶	豚肉(もも) だいこん にんじん ごぼう ねぎ じゃがいも こんにゃく 木綿豆腐 だし節 米 みそ(甘みそ)	キャベツとコーンのスープ	キャベツ コーン缶 食塩 野菜フイヨン
		鶏のさっぱり煮	鶏ウイング 鶏もも肉(皮付き) きび砂糖 酢 しょうゆ にんにく しょうが	ひじきのサラダ	ツナ油漬缶 ひじき レタス キャベツ きゅうり きび砂糖 酢 しょうゆ ごま油 コーン缶	ポークビーンズ	だいず(乾) 豚肉(胸ロース) じゃがいも たまねぎ にんじん ホールトマト缶詰 水 野菜フイヨン 食塩 ケチャップ 砂糖 油 マーガ	サバの竜田揚げ	さば しょうが しょうゆ 片栗粉 油	果物	
		切り干し大根	切り干しだいこん にんじん 油揚げ 油 本みりん しょうゆ きび砂糖 食塩	果物 牛乳	みかん	果物 麦茶	なし	酢の物 果物	きゅうり 食塩 生わかめ きび砂糖 酢 じゃこ	麦茶	麦茶
		にんじん蒸しパン	ホットケーキ 小麦粉 にんじん りんご濃縮果汁 きび砂糖 油	焼きおにぎり	七分つき米 しょうゆ 本みりん かつお節 こんぶ(だし用)	スイートポテト	さつまいも かぼちゃ マーガリン きび砂糖 卵(黄) バニラエッセンス	フレンチトースト	食パン マーガリン きび砂糖 卵 牛乳	お菓子	
		スティック野菜牛乳	にんじん きゅうり 淡色みそ マヨネーズ 牛乳	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		麦茶	麦茶
20		21		22		23		24		25	
せんべい 麦茶		せんべい 麦茶		ビスケット 麦茶		せんべい 麦茶		せんべい 麦茶			
けんちんうどん	ゆでうどん にんじん だいこん ごぼう さといも こんにゃく 油 食塩 しょうゆ だし節 油揚げ 鶏糸切り肉 ねぎ こまつな	ぎつねごはん	七分つき米 酒 食塩 しょうゆ 油揚げ	ごはん 果物 麦茶	七分つき米	ひじきのドライカレー	七分つき米 豚ひき肉 ひじき たまねぎ にんじん ビーマン にんにく しょうが 油 ケチャップ 中濃ソース 食塩 カレールー カ	ごはん 果物 麦茶	七分つき米	そばろごはん	七分つき米 鶏ひき肉 きび砂糖 しょうゆ
大学芋	さつまいも 油 きび砂糖 しょうゆ 黒ごま	キャベツとコーンのスープ	キャベツ コーン缶 食塩 野菜フイヨン	みそ汁(大根、小松菜、あげ)	みそ 煮干だし汁 こまつな だいこん 油揚げ	果物サラダ	りんご みかん缶 レタス キャベツ きゅうり 食塩 油 酢	みそ汁(人参、じゃが芋、あげ)	にんじん じゃがいも 木綿豆腐 みそ 煮干だし汁	けんちん汁	鶏糸切り肉(皮付き) 木綿豆腐 にんじん だいこん 食塩 しょうゆ だし節 油揚げ
フロッコリー	フロッコリー 食塩	ハンバーグ 果物	豚ひき肉 たまねぎ 食塩 こしょう パン粉 ながいも 油 中濃ソース ケチャップ 水	鶏の照り焼き	鶏もも肉(皮付き) しょうゆ 本みりん 酒	麦茶		すき焼風煮	はくさい たまねぎ 豚肉(もも) きび砂糖 本みりん しょうゆ 焼き豆腐 しらたき にんじん	果物	
果物 牛乳	りんご	こぶきいも 麦茶	じゃがいも 食塩 あおりのり	もやしのナムル	もやし ほうれんそう にんじん 酢 しょうゆ きび砂糖 ごま油	果物		板ずりきゅうり	きゅうり 食塩	麦茶	麦茶
おにぎり(ツナ昆布) 麦茶	七分つき米 ツナ油漬缶 塩こんぶ	チーズ蒸しパン	ホットケーキ チーズ きび砂糖 水	ペイクドポテト	じゃがいも 食塩 油	オレンジホットケーキ 牛乳	ホットケーキ粉 卵 オレンジ濃縮果汁 きび砂糖 ホットケーキ	きな粉サンド	食パン マーガリン きび砂糖 きな粉	お菓子	
浅漬け(白菜)	きゅうり 食塩 にんじん はくさい	かぶの甘酢漬け牛乳	かぶ 食塩 きび砂糖 酢	田作り 牛乳	いわし(煮干し) きび砂糖 しょうゆ 水	大豆とじゃこの炒め物	だいず(乾) じゃこ 油	おやつ昆布 牛乳	おしゃぶり昆布	麦茶	麦茶
27		28		29		30		31			
クラッカー 麦茶		せんべい 麦茶		せんべい 麦茶		ポーロ 麦茶		せんべい 麦茶			
ごはん 果物 麦茶	七分つき米	ごはん 麦茶	七分つき米	あんかけ焼きそば	焼きそばめん 豚肉(もも) たまねぎ にんじん キャベツ もやし 干しいだけ たけのこ(ゆで) 油 きび砂糖 食塩 しょうゆ 野菜フイ	ごまごはん	七分つき米 黒ごま 食塩	ごはん 果物 麦茶	七分つき米		
みそ汁(大根、小松菜、あげ)	だいこん 油揚げ こまつな みそ 煮干だし汁	沢煮椀 果物	豚肉(ばら) にんじん ごぼう たけのこ(ゆで) だいこん 干しいだけ しょうゆ 食塩 だし節 油 こまつな	豆腐とわかめのスープ	木綿豆腐 生わかめ しょうゆ こんぶ(だし用) かつお節 食塩	ワンタンスープ	豚ひき肉 たまねぎ にんじん もやし ねぎ ワンタンの皮 食塩 しょうゆ 野菜フイヨン	豚汁	豚肉(もも) だいこん にんじん ごぼう ねぎ じゃがいも こんにゃく 木綿豆腐 だし節 米 みそ(甘みそ)		
さんまの蒲焼	さんま 片栗粉 油 きび砂糖 しょうゆ 酒 水	鶏のさっぱり煮	鶏ウイング 鶏もも肉(皮付き) きび砂糖 酢 しょうゆ にんにく しょうが	ひじきのサラダ	ツナ油漬缶 ひじき レタス キャベツ きゅうり きび砂糖 酢 しょうゆ ごま油 コーン缶	ポークビーンズ	だいず(乾) 豚肉(胸ロース) じゃがいも たまねぎ にんじん ホールトマト缶詰 水 野菜フイヨン 食塩 ケチャップ 砂糖 油 マーガ	サバの竜田揚げ	さば しょうが しょうゆ 片栗粉 油		
豆腐のサラダ	鶏ささ身 にんじん きゅうり 木綿豆腐 いらりごま 油 酢 しょうゆ ごま油	切り干し大根	切り干しだいこん にんじん 油揚げ 油 本みりん しょうゆ きび砂糖 食塩	果物 牛乳		果物 麦茶		酢の物	きゅうり 食塩 生わかめ きび砂糖 酢 じゃこ		
タンプリングシチュー	鶏糸切り肉(皮付き) たまねぎ にんじん はくさい 油 食塩 しょうゆ だし節 小麦粉 卵 水 小麦粉 片栗粉 水	にんじん蒸しパン	ホットケーキ 小麦粉 にんじん りんご濃縮果汁 きび砂糖 油	焼きおにぎり	七分つき米 しょうゆ 本みりん かつお節 こんぶ(だし用)	スイートポテト	さつまいも かぼちゃ マーガリン きび砂糖 卵(黄) バニラエッセンス	フレンチトースト	食パン マーガリン きび砂糖 卵 牛乳		
牛乳		スティック野菜牛乳	にんじん きゅうり 淡色みそ マヨネーズ 牛乳	麦茶		牛乳		牛乳			