



# 平成28年度 1がつのこんだてひょう



たちばな保育園

誕生日会

日付	23 (月)	10.24 (火)	11.25 (水)	12 (木)	13.27 (金)	14.28 (土)	26 (木)
主食	ごはん	じゃごはん	ごはん	黒糖パン	ごはん	乾麺	ごはん
おかず	レバーしぐれ煮 焼きビーフン すまし汁	ポークビーンズ マカロニサラダ	かぼちゃコロケ ごま和え みそ汁	ミネストローネ ポテトサラダ 牛乳	カレーライス 大根サラダ	きつねうどん ごま和え	チキンナゲット ポテトサラダ コンソメスープ
材料	鶏肝 こいくち 砂糖 しょうが みりん 酒 ビーフン シーチキン ちんげん菜 玉ねぎ えのきだけ 中華だし うすくち 油 麸 若布 うすくち 油	豚肉 ゆで大豆 玉ねぎ 人参 じゃがいも コンソメ ケチャップ マカロニ シーチキン キャベツ 玉ねぎ コーン うすくち 酢 砂糖 マヨネーズ	合びきミンチ かぼちゃ パン粉 小麦粉 油 ケチャップ ソース キャベツ 人参 すりごま うすくち みりん 豆腐 玉ねぎ みそ	ベーコン スパゲッティ 玉ねぎ 大根 キャベツ トマト缶 コンソメ じゃがいも シーチキン ほうれん草 人参 コーン 酢 砂糖 塩 マヨネーズ	牛肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 カレールウ ヨーグルト ケチャップ 油 大根 白菜 シーチキン 若布 こいくち 酢 砂糖 ごま油	油揚げ ねぎ うすくち こいくち 砂糖 みりん 酒 キャベツ 人参 すりごま うすくち みりん	鶏ミンチ 豆腐 パン粉 小麦粉 油 ケチャップ コンソメ じゃがいも シーチキン 玉ねぎ きゅうり コーン マヨネーズ 酢 砂糖 塩 キャベツ 玉ねぎ コンソメ
おやつ	菓子 (朝) 牛乳 豆腐おこのみ	菓子 (朝) 牛乳 もちもちパン	菓子 (朝) ヨーグルト 果物 昆布	菓子 (朝) お茶 焼きおにぎり	菓子 (朝) 牛乳 きなこトースト	菓子 (朝) お茶 菓子	菓子 (朝) 牛乳 抹茶ケーキ
材料	絹ごし豆腐 長いも 小麦粉 じゃこ キャベツ 青のり ソース	白玉粉 ホットケーキミックス 粉チーズ 牛乳 サラダ油	バナナ 昆布	米 いりごま こいくち	食パン きなこ 砂糖 バター		小麦粉 卵 B.P 抹茶 バター 砂糖 牛乳

七草がゆ

日付	16 (月)	17.3 (火)	18 (水)	5.19 (木)	20 (金)	7.21 (土)	6 (金)
主食	お楽しみパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	七草がゆ
おかず	スープ 牛乳	中華どんぶり はるさめサラダ	ハンバーグ コールスローサラダ コンソメスープ	焼き魚 ひじきサラダ みそ汁	ししゃも ごま和え 豚汁	親子丼 みそ汁	チキンの照り焼き なます みそ汁
材料	鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 キャベツ コンソメ	豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 たけのこ 中華だし うすくち 片栗粉 春雨 シーチキン 若布 キャベツ コーン こいくち 酢 砂糖 ごま油	合びきミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 ケチャップ ソース キャベツ 人参 コーン うすくち 酢 砂糖 マヨネーズ 玉ねぎ 若布 コンソメ	鮭 小松菜 人参 ひじき いりごま こいくち 酢 砂糖 ごま油 じゃがいも 玉ねぎ みそ	ししゃも 白菜 人参 すりごま うすくち みりん 豚肉 大根 里芋 玉ねぎ ねぎ こんにゃく みそ	鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 うすくち こいくち 砂糖 麸 若布 みそ	せり ごぎょう はこべら すずな すずしろ なずな ほたけのざ 鶏もも肉 しょうが こいくち みりん 砂糖 酒 大根 人参 うすくち 酢 砂糖 白菜 玉ねぎ こんにゃく みそ
おやつ	菓子 (朝) お茶 プリン 菓子	菓子 (朝) ヨーグルト 果物 昆布	菓子 (朝) 牛乳 いもきんとん クラッカー	菓子 (朝) 牛乳 きなこマカロニ	菓子 (朝) 牛乳 ぜんざい	菓子 (朝) お茶 菓子	菓子 (朝) 牛乳 いもきんとん クラッカー
材料	プリン 菓子	バナナ 昆布	さつまいも 砂糖 バター クラッカー	マカロニ きなこ 砂糖	白玉粉 上新粉 小豆 砂糖	材料の都合により 献立内容を変更 することがあります。 ご了承ください。	さつまいも 砂糖 バター クラッカー

新年あけましておめでとうございます。  
年末・年始はいかが過ごされましたか？  
ごちそうを食べたり、生活のリズムも崩れが  
あったのではないのでしょうか。  
今一度、早寝・早起き・朝ごはんを見直して  
元気に過ごしていきたいものです。

7日は七草粥の日です。  
無病を祈って七草をおかゆに入れて食べます。  
お正月のごちそうで胃腸に負担がかかっている  
体にはとても良い食事です。今年は6日(金)に給食で  
です。

4日は業者休みのためお弁当日です。  
よろしくお願ひします



## 1月の献立より 豆腐おこのみ

材料(子ども1人分)

絹ごし豆腐 30g  
小麦粉 20g  
長いも 10g  
卵 10g  
じゃこ 7g  
キャベツ 30g  
青のり 0.4g  
油 適量  
ソース 適量

ボールに豆腐を入れ泡だて器でつぶし、卵と小麦粉を入れ混ぜる。  
にあらみじんに切ったキャベツ、じゃこ、長いもをいれる。生地がかたいようであれば水でのばす。  
フライパンにサラダ油を熱し、を流して両面焼く。  
皿に をのせたら、ソースと青のりをかけてできあがり。