

1月給食予定献立表

アレルギー表示 ■小麦 ●卵 ▲乳

日曜日 曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ Oさいのみ		PMおやつ ★は手作りおやつ	
		主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料	献立	材料
5月	ホークハヤシライス マカロニサラダ フルーツ（ハイン缶）	豚肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参 ハイン(缶詰)	油・米(国産) ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	■ハヤシルフ 塩	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	2色ゼリー★ ▲牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖・ダイスゼリー(みかんFe) ▲牛乳
6火	麦入りごはん 鶏肉の塩こうじ揚げ 大根と厚揚げの煮物 味噌汁	鶏肉 生揚げ 赤みそ	にんにく・しょうが 大根・人参・さやいんげん かぼちゃ・白菜	米(国産)・押麦 ■小麦粉・でん粉・油 砂糖 ■おつゆ麴	塩こうじ だし・■醤油・料理酒・本みりん だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	黒糖蒸しパン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖 ▲牛乳
7水	麦入りごはん 白身魚のみぞれあん さつま芋の旨煮 ブロッコリーのごま和え 味噌汁	ホキ 豆腐・赤みそ	大根おろし ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	米(国産)・押麦 油・砂糖・でん粉 さつま芋 白ごま・砂糖	塩・だし・料理酒・■醤油 ■醤油・本みりん・だし ■醤油・だし だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	七草粥★ お茶	米(国産)・七草 だし・■醤油・塩 麦茶
8木	ごはん 豚肉のおかか炒め ●/▲春雨の酢の物 味噌汁	豚肉・かつお節 ■/●/▲ハム 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり 小松菜・人参	米(国産) 油・砂糖 緑豆春雨・砂糖	■醤油・本みりん・料理酒 だし・■酢・■醤油 だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	せんべい（ぼたぼた焼） ▲牛乳	■ぼたぼた焼き ▲牛乳
9金	ビビンバ丼 キャベツのサラダ 味噌汁	豚ひき肉・大豆たんぱく 豆腐・赤みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	油・米(国産) マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・■焼肉のだれ だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	▲きなこクッキー★ ▲牛乳	■ホットケーキミックス・きな粉・砂糖 ▲マーガリン・▲牛乳 ▲牛乳
10土	豚丼 ごぼうサラダ 味噌汁	豚肉 ■ちくわ 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース ごぼう・人参・コーン 大根・さやいんげん	砂糖・米(国産) マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・■醤油・本みりん ■醤油 だし			クラッカー（ルヴァン） ▲牛乳	■クラッカー ▲牛乳
13火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼 ポテトサラダ ●たまごスープ	鶏肉 ●卵	しょうが ミックスベジタブル 玉ねぎ・ほうれん草	米(国産) 油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・トマトケチャップ・■とんかつソース・■醤油・料理酒 塩 コンソメ	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	ごまちゃんすこう風★ ▲牛乳	■小麦粉・白ごま・油 砂糖・塩 ▲牛乳
14水	ごはん 赤魚の塩こうじ焼 小松菜の和え物 かぼちゃの旨煮 味噌汁	赤魚 油揚げ・赤みそ	小松菜・白菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・人参	米(国産) 油 砂糖 砂糖	塩こうじ ■醤油・だし だし・■醤油・本みりん だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	ウィンナーとコーンのマヨ蒸しパン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・ウィンナー・コーン ▲牛乳
15木	お弁当の日					野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	▲せんべい（雪の穂） ▲牛乳 追加おやつ： ビスケット（たべっこBABY）	■/▲せんべい（雪の穂） ▲牛乳 ■たべっこベイビービスケット
16金	▲ロールパン ▲コロッケ カレーマヨサラダ 冬野菜ポトフ	大豆 ウィンナー	きゅうり・人参 大根・人参・ブロッコリー・玉ねぎ	■/▲ロールパン ■/▲コロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーパウダー コンソメ	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	▲チーズ入り焼おにぎり★ ▲牛乳	米(国産)・▲チーズ・油 ■醤油・本みりん ▲牛乳
17土	のっぺいうどん 白菜の和え物 フルーツ（バナナ）	鶏肉	大根・干しいたけ・青ねぎ 白菜・チンゲン菜・人参 バナナ	■うどん・でん粉 砂糖	だし・■醤油・本みりん・塩 だし・■醤油			ミニアスパラガス ▲牛乳	■アスパラガスビスケット ▲牛乳
19月	赤しそごはん 油淋鶏（ユーリンチー） 春雨の中華和え 中華スープ デザート（もちゼリー）	鶏肉	青ねぎ きゅうり・コーン・人参 白菜・玉ねぎ・干しいたけ	米(国産) でん粉・油・砂糖 緑豆春雨・ごま油・砂糖 もちゼリー	ゆかり 料理酒・■醤油・■酢 ■酢・■醤油 鶏がらスープ	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	お誕生会ケーキ（ココア）★ ▲牛乳	■小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・いちごジャム・みかん(缶詰) ▲牛乳
20火	麦入りごはん サバの塩焼 白菜としめじの和え物 味噌汁	さば 豆腐・赤みそ	小松菜・白菜・しめじ・人参 人参・わかめ	米(国産)・押麦 油 砂糖	塩 だし・■醤油 だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	ソフトせんべい ▲牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳
21水	ごはん ●五目卵 大豆といりこのごまがらめ 味噌汁	●卵 大豆・いりこ 赤みそ	玉ねぎ・人参・干しいたけ・さやいんげん 玉ねぎ	米(国産) 油・砂糖 でん粉・油・白ごま・砂糖 さつま芋・■おつゆ麴	■醤油・本みりん・だし ■醤油・本みりん だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	クラッカージャムサンド★ ▲牛乳	■クラッカー いちごジャム ▲牛乳
22木	麦入りごはん 吉野煮 ちくわの磯辺揚げ 味噌汁	豚肉・生揚げ ■ちくわ 赤みそ	大根・人参・ごぼう・干しいたけ・さやいんげん あおさのり 人参・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖・でん粉 ■小麦粉・油 じゃが芋	だし・■醤油・料理酒 だし	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	▲黒糖お麴ラスク★ ▲牛乳	■おつゆ麴・▲マーガリン 黒砂糖 ▲牛乳
23金	▲大根の和風カレー つるつる甘酢和え フルーツ（オレンジ）	豚肉・■鶏レバー煮込み	大根・玉ねぎ・人参・まいたけ・えのきだけ 人参・ほうれん草 オレンジ	米(国産)・油 マロニー・ごま油・砂糖	だし・■/▲カレールフ ■酢・■醤油	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	水ようかん★ ▲牛乳	寒天・こしあん 塩 ▲牛乳
24土	中華丼 シューマイ フルーツ（バナナ）	豚肉 ■しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ バナナ	油・でん粉・米(国産)	鶏がらスープ・■醤油・塩・料理酒			やわらかおかき ▲牛乳	やわらかおかき（のり塩味） ▲牛乳
26月	ごはん 肉豆腐 小松菜のツナ和え 味噌汁	豚肉・焼豆腐 まぐろフレーク 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・干しいたけ・青ねぎ 小松菜・キャベツ・人参 大根・かぼちゃ	米(国産) 砂糖 砂糖	だし・本みりん・料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	だべるいりこ★ 0.1さいはビスコのみ ▲ビスコ ▲牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■/▲ビスコ ▲牛乳
27火	ごはん 回鍋肉 蒸しかぼちゃ 中華スープ フルーツ（ハイン缶）	■鶏レバー煮込み・豚肉・赤みそ 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・にんにく かぼちゃ 人参・干しいたけ ハイン（缶詰）	米(国産) 油・砂糖	料理酒・■醤油 鶏がらスープ	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	▲あずきスコーン★ ▲牛乳	■ホットケーキミックス・▲マーガリン ▲牛乳・粒あん ▲牛乳
28水	麦入りごはん 白身魚の揚げ煮 チンゲン菜の納豆和え 豚汁	ホキ 納豆 豚肉・赤みそ	チンゲン菜・白菜・人参 大根・人参・ごぼう・大根の葉	米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 さつま芋	だし・料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	きなこマカロニ★ ▲牛乳	■マカロニ・油・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
29木	ごはん 鶏肉の味噌焼 チンゲン菜のおかか和え すまし汁	鶏肉・赤みそ かつお節	チンゲン菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参・わかめ	米(国産) 砂糖・油 砂糖	本みりん だし・■醤油 だし・■醤油・塩	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン 麦茶	▲ビスケット（シガーフライ） ▲牛乳	■/▲シガーフライ ▲牛乳
30金	麦入りごはん 鶏肉のねぎ焼 コーンとキャベツのサラダ さつま揚げと小松菜のソテー 味噌汁	鶏肉 平天 生揚げ・赤みそ	青ねぎ コーン・キャベツ・きゅうり 小松菜・人参・玉ねぎ わかめ	米(国産)・押麦 砂糖・油 油 じゃが芋	■醤油・本みりん ■酢・塩 コンソメ だし	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	抹茶もちもち豆腐マフィン★ ▲牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・抹茶 砂糖・豆腐 ▲牛乳
31土	イタリアンスハゲティ コーンサラダ スープ	ワインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・キャベツ・きゅうり・人参 白菜・チンゲン菜・しめじ	■スハゲティ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・トマトケチャップ コンソメ			ビスケット（たべっこBABY） ▲牛乳	■たべっこベイビービスケット ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。