

1月給食予定献立表

アレルギー表示 ■小麦 ●卵 ▲乳

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				AMおやつ ○さいのみ		PMおやつ ★は手作りおやつ	
			主にからだをつくるもの	主に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（パイン缶）	豚肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 マヨネーズ・人参 ハイム（缶詰）	油・米（国産） ■マカロニ・マヨネーズタイプ（卵不使用）	■ハヤシルウ 塩	ハイハイン お茶	ハイハイン 麦茶	2色ゼリー★ ▲牛乳	寒天・りんごジャース 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 生姜・青 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 ■おつゆ麺	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・ビーマン きゅうり 小松菜・人参	米（国産） 油・砂糖 綠豆春雨・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（ほたほた焼） ▲牛乳	■ほたほた焼き ▲牛乳
9	金	ビビンバ丼 キャベツのサラダ	豚ひき肉・大豆たんぱく 豆腐・赤みそ	チシング蘭・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・■焼肉のたれ 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 ■らくわ 油揚げ・赤みそ	玉ねぎ・人参・コーンピース 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 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 ホテトサラダ ●たまごスープ	鶏肉 ●卵	しょうが ミックセベジタブル 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 ●卵	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	ワインバ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）・ワインバー・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（雪の宿） ▲牛乳	■▲せんべい（雪の宿） ▲牛乳
16	金	▲ロールパン ▲コロッケ カレーマヨサラダ 冬野菜ボトフ	大豆 ワインナー	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 ■牛油・本みりん ▲牛乳
17	土	のっべいどうん 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・テンゲン菜・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			ミニアスバラガス ▲牛乳	■アスバラガスピスケット ▲牛乳
19	月	赤しづごはん 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（ももゼリー）	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 綠豆春雨・ごま油・砂糖	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（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 さつ芋・■おつゆ麺	■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 ■らくわ 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	▲黒糖おむラスク★ ▲牛乳	■おつゆ麺・▲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・まいだけ・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・■▲カレールウ ■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 シーマイ フルーツ（バナナ）	豚肉 ■じゅうまい	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	たべるいのこ★ O.1さいはピスコのみ ▲ピスコ ▲牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■ピスコ ▲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（パイン缶）	■鶏レバー煮込み・豚肉・赤みそ 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・ビーマン・にんにく かぼちゃ 人参・干しいたけ ハイム（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 豆腐・油・粒あん ▲牛乳
28	水	麦入りごはん 白身魚の揚げ煮 チング蘭の納豆和え 豚汁	ホキ 納豆 豚肉・赤みそ	チング蘭・白菜・人参 大根・人参・ごぼう・大根の葉	米（国産） でん粉・油・砂糖 さつ芋	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	きなこカロ二★ ▲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 チング蘭のおかか和え すまし汁	鶏肉・赤みそ かつお節	チング蘭・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	▲ピスコ（シガーフライ） ▲牛乳	■マカロニ・油・きな粉 砂糖・塩 ▲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 生姜・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） 砂糖・油 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	イタリアンスパゲティ コーンサラダ スープ	ワインナー	玉ねぎ・人参・ビーマン コーン・キャベツ・きゅうり・人参 白菜・チング蘭・しめじ	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			ピスコ（たべっこBABY） ▲牛乳	■たべっこベイビーピスケット ▲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。