

# 2023年 1月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土
2 <b>休園日</b>	3 <b>休園日</b>	4 <b>お弁当日</b>	5 <b>お弁当日</b>	6 <b>お正月ちらし寿司</b> 精白米 黒豆 酢ごぼう ごまめ かまぼこ ゆりね 卵 昆布 <b>関西風雑煮</b> おもち 大根 里芋 豆腐 金時人参 白みそ <b>きんかん甘露煮ヨーグルト</b> きんかん ヨーグルト スキムミルク	7 <b>きつねうどん</b> うどん すしあげ えのき 白菜 カットわかめ 鳴門巻き <b>フライドポテト</b> じゃがいも 塩  <b>みかん</b>
		ライフビスケット ライフビスケット	クラッカー・チーズ クラッカー チーズ	<b>あべかわもち</b> 白玉粉 上新粉 きな粉 砂糖	<b>ジャムサンド</b> 食パン ジャム
9 <b>成人の日</b>	10 <b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>鮭の南蛮ソース</b> 鮭 玉ねぎ 人参 パプリカ <b>高野豆腐の煮物</b> 高野豆腐 玉ねぎ <b>えびだんごのすまし汁</b> エビ 白身すり身 豆腐 かぶ かぶの葉 えのき  <b>ぜんざい</b> おもち 小豆 砂糖	11 <b>五目丼</b> 精白米 豚肉 白菜 白ネギ 玉ねぎ まいたけ エビ 人参 <b>大根の一夜漬け</b> 大根 ゆず <b>にゅうめん</b> そうめん 京あげ かぶ カブの葉 わかめ <b>里芋の揚げだし</b> 里芋 大根 鶏ミンチ <b>ピザトースト</b> 食パン ピーマン 玉ねぎ パーコン チーズ ケチャップ	12 <b>ごはん</b> 精白米 <b>肉じゃが</b> 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく しめじ <b>かぶとしらすの酢の物</b> かぶ わかめ しらす ごま <b>ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 大根 京揚げ えのき <b>黒豆蒸しパン</b> 黒豆 小麦粉 BP ヨーグルト 卵 砂糖 サラダ油	13 <b>冬やさいカレー</b> 精白米 マグロフレーク缶 玉ねぎ 大根 れんこん ブロッコリー <b>キャベツサラダ</b> キャベツ 人参 コーン マヨドレ  <b>りんご</b> <b>ごまクッキー</b> ゴマ ホットケーキミックス バター	14 <b>親子うどん</b> うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ ほうれん草 えのき  <b>バナナ</b>  <b>きなこマカロニ</b> マカロニ きなこ 砂糖 塩
16 <b>麦ごはん 味付けのり</b> 精白米 押し麦 味付けのり <b>さわらの幽庵焼き</b> さわら ゆず果汁 <b>水菜の煮浸し</b> 水菜 京揚げ <b>豚汁</b> 豚肉 豆腐 青ねぎ 大根 里芋 人参  <b>にんじんクッキー</b> 人参 ホットケーキミックス バター	17 <b>ハヤシライス</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 トマト エリンギ <b>ブロッコリーとカリフラワーの ごま和え</b> ブロッコリー カリフラワー ごま <b>みかん</b>  <b>じゃこトースト</b> 食パン ちりめん 青のり 白ごま マヨドレ	18 <b>ごはん ふりかけ</b> 精白米 かつおふりかけ <b>天ぷら</b> エビ かぼちゃ ブロッコリー れんこん 卵 <b>五目煮</b> 大豆 人参 ひじき ごぼう 昆布 <b>はんぺんのすまし汁</b> はんぺん えのき みつば <b>マーブルケーキ</b> 小麦粉 卵 ココア 牛乳 バター	19 <b>ごはん 昆布佃煮</b> 精白米 昆布 かつお節 <b>アジの竜田揚げ</b> アジ 生姜 片栗粉 小麦粉 <b>切干大根煮</b> 切干大根 京揚げ 人参 <b>カニカマのすまし汁</b> カニカマ 豆腐 生わかめ ほうれん草  <b>ホットドッグ</b> ロールパン キャベツ ウィナー ケチャップ	20 <b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>おでん</b> 大根 じゃがいも 絹揚げ ウィナー 平天 <b>ほうれん草のおかか和え</b> ほうれん草 人参 かつお節 <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 エノキ 京揚げ  <b>黒糖むしパン</b> 黒糖 小麦粉 BP 豆乳 砂糖 サラダ油 卵	21 <b>焼きそば</b> 中華めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり  <b>麩のすまし汁</b> 麩 ほうれん草 エノキ  <b>りんご</b>  <b>ホットケーキ</b> ホットケーキミックス 卵 牛乳 ジャム
23 <b>大根ごはん</b> 大根 精白米 京あげ  <b>みそカツ</b> ささみ ハ丁目みそ <b>キャベツのじゃこ煮</b> キャベツ 人参 ちりめん <b>冬野菜のスープ</b> カブ 白ねぎ パーコン ブロッコリー <b>ツナサンド</b> 食パン シーチキン 玉ねぎ マヨドレ	24 <b>ごはん</b> 精白米 <b>鶏の唐揚げ</b> 鶏肉 しょうが <b>中華風ごま和え</b> 春雨 きゅうり パプリカ 卵 ごま <b>豆乳スープ</b> 豆乳 キャベツ かぼちゃ ブロッコリー 白ネギ ハム <b>アップルケーキ</b> りんご 小麦粉 BP 卵 砂糖 バター	25 <b>いなり寿司</b> 精白米 油揚げ ひじき 人参 白ごま  <b>けんちん汁</b> 鶏肉 里芋 大根 こんにゃく ごぼう 青ネギ <b>チョコバナナ</b> バナナ チョコレート  <b>じゃがいものおやき</b> じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油	26 <b>麦ごはんとふりかけ</b> 精白米 押し麦 かつおふりかけ <b>ハンバーグ</b> 合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 牛乳 ブロッコリー マヨドレ <b>春菊のすまし汁</b> 春菊 ゆば えのき 焼板かまぼこ <b>金時人参グラッセ</b> 金時人参 バター <b>りんご</b> <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 砂糖 醤油 片栗粉	27 <b>ロールパンサンド</b> シーチキン キャベツ マヨドレ <b>たらと野菜のトマトスープ</b> たら トマト缶 玉ねぎ 人参 カリフラワー エリンギ じゃがいも <b>アロエヨーグルト</b>   <b>二色おにぎり</b> 精白米 ふりかけ 花かつお 味付けのり	28 <b>お弁当日</b>         <b>ライフビスケット</b> ライフビスケット
30 <b>みそラーメン</b> 中華麺 豚肉 キャベツ もやし 白ネギ コーン  <b>しゅうまい</b>   <b>りんごヨーグルト</b> りんご煮 ヨーグルト スキムミルク  <b>きなこ揚げパン</b> ロールパン きなこ 砂糖 塩 揚げ油	31 <b>ごはん</b> 精白米 <b>すき焼きコロッケ</b> 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 糸こんにゃく <b>大豆とひじきのサラダ</b> 大豆 ブロッコリー 人参 ハム ひじき 白みそ マヨドレ <b>大根のみそ汁</b> 大根 京揚げ かいわれ <b>ラスク</b> 食パン バター 砂糖				