

平成30年度1月

こんだて

江陽こども園

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	火					
2	水					
3	木					
4	金	ごまご飯・煮しめ・昆布巻・金時豆 紅白なます・紅白かまぼこ・果物	白がゆ・煮しめ・煮豆・昆布煮 果物	ふき・蕨・焼豆腐・人参・牛蒡。蒟蒻 大根・鶏肉・昆布・蒲鉾・金時豆	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
5	土	食パン・ミモザサラダ コーンクリームシチュー・果物	パンがゆ・温野菜 コーンクリームシチュー	コーン缶・人参・じゃが芋・玉葱 ブロッコリー・カニカマ・卵	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
6	日					
7	月	野菜カレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	しめじ・ひき肉・人参・玉葱・じゃが芋 マカロニ・ハム 胡瓜	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
8	火	鮭とじゃが芋のパン粉焼き 中華風サラダ・味噌汁	白がゆ・味噌汁 鮭とじゃが芋のパン粉焼き	鮭・じゃが芋・玉葱・もやし・わかめ 胡瓜・カニカマ・豆腐・人参・キャベツ	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
9	水	チキンライス・ポテトサラダ スープ・ミニトマト・果物	白がゆ・五目野菜の煮込み スープ・果物	鶏肉・じゃが芋・胡瓜・ハム・卵・人参 玉葱・わかめ・ミックスベジタブル	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
10	木	五目ラーメン・ゆで卵・バナナ	五目うどん・バナナ	中華麺・鶏肉・人参・メンマ・椎茸 なると・長葱・卵・昆布・煮干	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト
11	金	牛すき煮・酢の物・味噌汁・果物	ほうれん草がゆ・味噌汁 五目野菜のすき煮	牛肉・焼き豆腐・糸こんに・人参 カニカマ・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
12	土	食パン・チーズ揚げ・果物 チンゲン菜のスープ	パンがゆ・マッシュポテト チンゲン菜のスープ・果物	竹輪・チーズ・じゃが芋・チンゲン菜 人参・玉葱・春雨	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
13	日					
14	月	成人の日				
15	火	鯖の味噌煮・引き昆布煮 味噌汁・果物	白がゆ・昆布のやわらか煮 味噌汁・果物	鯖・生姜・引き昆布・人参・薩摩揚げ 油揚げ・わかめ・豆腐・小松菜	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
16	水	カレーうどん・ゆで卵・バナナ 粉ふき芋	野菜の煮込みうどん・バナナ	うどん・人参・じゃが芋・油揚げ・大根 カレールー	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
17	木	マカロニグラタン・ミニトマト スープ・果物	白がゆ・果物 マカロニと野菜のスープ煮	マカロニ・玉葱・ウィンナー・小麦粉 牛乳・卵・わかめ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
18	金	さつま汁・ひじきご飯・ゆで卵 おひたし・果物	ひじきがゆ・さつま汁 温野菜・果物	豚肉・人参・牛蒡・さつま芋・豆腐・葱 ひじき・ほうれん草・ツナ缶	お茶・お菓子	ケーキ ヨーグルト
19	土	食パン・海老団子のスープ かぼちゃコロッケ・果物	パンがゆ・えび団子スープ 野菜のマッシュ・果物	食パン・海老団子・春雨・ワカメ・卵 (冷) かぼちゃコロッケ	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
20	日					
21	月	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	牛肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
22	火	ヒレカツ・千切キャベツ ミニトマト・味噌汁	白がゆ・豆腐と野菜の煮込み 果物	ヒレ肉・キャベツ・小麦粉・パン粉 卵・なめこ・豆腐・葱	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
23	水	スパゲティミートソース ポテトサラダ・スープ・バナナ	トマト風味スープスパゲティ バナナ・マッシュポテト	ひき肉・玉葱・ブロッコリー・蟹かま 卵・白菜・人参・わかめ・もやし	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
24	木	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あなかけ 味噌汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参・わかめ	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト
25	金	牛肉とひじきの煮物・味噌汁 小松菜の和え物・ゆで卵・果物	ひじきがゆ・温野菜サラダ 味噌汁	ひじき・つきこんに・人参・牛肉 小松菜・もやし・わかめ・豆腐	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
26	土	食パン・ビーフシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・果物 具だくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱・レタス 胡瓜・ブロッコリー	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子
27	日					
28	月	チャーハン・タイピーエン おひたし・果物	白がゆ・タイピーエン ほうれん草の和え物	桜えび・ウィンナー・豚肉・人参・白菜 板かま・きくらげ・うすら・ほうれん草	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
29	火	赤魚フリッター・千切りキャベツ ミニトマト・味噌汁	白がゆ・白身魚の野菜あなかけ 味噌汁	赤魚・キャベツ・ミニトマト・豆腐 わかめ・もやし	お茶・お菓子	お菓子 乳酸菌飲料
30	水	マーボ大根・カニ風味サラダ 味噌汁・果物	白がゆ・マーボ大根・温野菜 味噌汁・果物	ひき肉・大根・レタス・胡瓜・カニカマ 油揚げ・豆腐・わかめ・キャベツ	お菓子 乳酸菌飲料	手作りおやつ
31	木	親子うどん・粉ふきいも バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・薩摩揚げ 卵・葱・じゃが芋・パセリ	お茶・お菓子	お菓子 ヨーグルト