

2024年度 1月 献立表

幼児クラス お弁当白 16日(木)

カリッ希望の家こども園

日	27 (月)	14.28 (火)	15.29 (水)	16.30 (木)	17.31 (金)	4 (土)	
昼食	ごはん ★ 三油 淋鶏 白菜の煮びたし ♡ カリフラワーのみそ汁	★ マッサマンカレー きゃべつのピクルス 小松菜のすまし汁	★ ピンパ ★ タンクッ	発芽玄米ごはん 炒り豆腐 切干大根のみそ汁	ごはん ♡ ブリの照り焼き ♡ 糸白なます・黒豆 さつま芋のみそ汁	カレーライス わかめのすまし汁	
材料	米 鶏肉、白ねぎ 酒、塩、片くり粉 なたね油 米酢、三温糖、しょうゆ	米 鶏肉、じゃが芋 玉ねぎ、パプリカ マッサマンカレーペースト タマリンド ココナッツミルク コーンスターチ 鶏ガラスープの素	米 合挽きミンチ ほうれん草、豆もやし 人参 米酢、三温糖、しょうゆ ごま油	米、発芽玄米 木綿豆腐 豚ミンチ、玉ねぎ 人参、しめじ いんげん、ひじき、青ねぎ しょうゆ、みりん 酒、三温糖 なたね油	米 ブリ しょうゆ、酒、みりん 金時人参、大根 米酢、しょうゆ、三温糖、塩	米 豚ミンチ、じゃが芋 玉ねぎ、人参 しょうゆ、塩、みりん だし(昆布、削り節)	米 わかめ、ほうれん草 しょうゆ、塩 だし(昆布、削り節)
	白菜、太もやし 菊菜、油あげ しょうゆ、みりん だし(削り節)	きゃべつ 米酢、三温糖、塩	牛肉 大根、しいたけ 木綿豆腐 青ねぎ しょうゆ、塩、みりん だし(昆布、削り節)	いんげん、ひじき、青ねぎ しょうゆ、みりん 酒、三温糖 なたね油	金時人参、大根 米酢、しょうゆ、三温糖、塩	18 (土) 豚汁うどん バナナ	
	カリフラワー 小松菜、玉ねぎ みそ、みりん だし(昆布、煮干し)	小松菜、えのき しょうゆ、塩、みりん だし(昆布、削り節)	切干大根 水菜 みそ、みりん だし(昆布、煮干し)	切干大根 水菜 みそ、みりん だし(昆布、煮干し)	黒豆 しょうゆ、三温糖、塩	うどん 豚肉、大根 人参、油あげ 小松菜、ちりめんじゃこ みそ、みりん だし(昆布、削り節)	バナナ
	ぶどうゼリー 牛乳 ぶどうジュース 粉寒天 三温糖	コーンパンケーキ 牛乳 小麦粉 クリームスタイルコーン 三温糖、ベーキングパウダー 豆乳、スキムミルク なたね油	焼きそば、牛乳 中華めん 鶏ミンチ、きゃべつ ソース サラダ油	煮干し 菓子 スキムミルク ココア 三温糖	りんご 菓子 (17日 防災おやつ) 牛乳	菓子 菓子 (17日 防災おやつ) 牛乳	菓子
6.20 (月)	7.21 (火)	8.22 (水)	9.23 (木)	10.24 (金)	11.25 (土)		
昼食	ごはん ♡ お煮しめ ♡ ごまめ 玉ねぎのみそ汁	ごはん 麻婆もやし 豆腐のスープ	発芽玄米ごはん 鶏のからあげ きゃべつとツナの塩こうじ和え ♡ 雑煮風みそ汁	スタミナ納豆ごはん ♡ 豚肉と聖護院大根 の煮物 素夫のすまし汁	乳児：食パン 幼児：バケット ♡ 魚のゆうあん焼き チーズ ♡ カブの豆乳スープ	ちんぼんめん バナナ	
材料	米 里芋、厚あげ しいたけ、しんこん こんにゃく、鶏肉 金時人参、ごぼう しょうゆ、みりん だし(削り節)	米 豚肉、鶏レバー 太もやし、玉ねぎ ニラ、パプリカ じゃが芋 赤みそ、みそ しょうゆ、みりん、三温糖 土生薬、片くり粉 なたね油	米、発芽玄米 鶏肉、酒 しょうゆ、みりん 片くり粉、なたね油	米 ひきわり納豆 鶏ミンチ、にんにく、酒 しょうゆ、三温糖 みそ、なたね油	食パン または バケット 魚、ゆず しょうゆ、酒 スライスチーズ	中華めん 豚ミンチ きゃべつ 太もやし 人参 平天、ちりめんじゃこ 鶏ガラスープの素 しょうゆ、塩	
	煮干し(ばらみ、しら干し) しょうゆ、三温糖、みりん	豆腐、まいたけ 鶏ガラ、白ねぎ 土生薬 しょうゆ、塩	きゃべつ ツナ、小松菜 塩こうじ、しょうゆ	豚肉 聖護院大根 ちんげん菜 パプリカ、油あげ しめじ しょうゆ、みりん だし(削り節)	カブ、ウインナー 白菜、ブロッコリー かぼちゃ 鶏ガラ ローリエ 豆乳、塩	バナナ	
	玉ねぎ 豆苗 みそ、みりん だし(昆布、煮干し)	里芋 金時人参、大根 ほうれん草 白みそ、みりん だし(昆布、削り節)	みそ、わかめ しょうゆ、塩、みりん だし(昆布、削り節)	みそ、わかめ しょうゆ、塩、みりん だし(昆布、削り節)	カブ、ウインナー 白菜、ブロッコリー かぼちゃ 鶏ガラ ローリエ 豆乳、塩	バナナ	
おやつ	みかん 菓子 牛乳	17日 七草粥、牛乳 米、春の草、ちりめんじゃこ 塩、しょうゆ、だし(削り節) 21日 乳児：クワパ、牛乳 幼児：トック 米、トック 鶏ミンチ、みそ だし(昆布、削り節)	じゃが芋、玉ねぎ 牛乳 じゃが芋、玉ねぎ 鶏ミンチ、塩こうじ 片くり粉、小麦粉 ごま油	かむ昆布 菓子 スキムミルク ココア 三温糖	塩こんぶごはん 牛乳 米 塩こんぶ	菓子	

☆：多文化メニュー ♡：旬の食材 仕入の都合により献立が変更になる場合があります。 ご了承ください