

聖マーガレット幼稚園 1月献立表

ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるものとなる食品	おもに体の調子を整えるものとなる食品	おもにエネルギーのもととなる食品	
給食開始					
11(火)	さばのたつたあげ	鯖		片栗粉	生姜
	こうやどうふのにつけ	高野豆腐・鶏肉	人参・いんげん・大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
おもちつき					
12(水)	かれーらいす	豚肉	人参・玉葱	カレールー・じゃが芋	コンソメ・にんにく・生姜
	こーるすろーさらだ		ブロッコリー・人参・青菜・コーン	マヨドレ	こしょう
	ぶどうかんでん		イナアガー・ぶどうジュース		
誕生会					
13(木)	やさいはんぱーぐ	大豆ミート・豚肉	人参・ブロッコリー・玉葱	片栗粉	生姜・にんにく・アツメグ・ケチャップ・こしょう
	ぼてとさらだ		人参・コーン・青菜	じゃが芋・マヨドレ	こしょう
	みそしる	味噌	季節の野菜		
14(金)	さかなのちゅうかあんかけ	魚	人参・青菜・玉葱・きくらげ・えのき	片栗粉	中華味・生姜
	ぶろっこりーのごまあえ		人参・ブロッコリー・もやし・切干大根	胡麻	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
17(月)	さわらのかばやし	鯖		片栗粉	
	やさいのそぼろあんかけ	鶏肉	人参・いんげん・大根	片栗粉	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
18(火)	のりしおからあげ	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
	ひじきとかぼちゃのにつけ	竹輪・油揚げ	南瓜・いんげん・ひじき・玉葱		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
20(木)	にんじんごはん	油揚げ・鶏肉	人参	胚芽米	
	あかうおのみそこうじやし	味噌・味噌麹・赤魚			
	あおなのしおこんぶあえ		人参・青菜・塩昆布・切干大根		
	とんじる	豆腐・豚肉・味噌	季節の野菜	こんにゃく	
21(金)	ぼーくびーんず	大豆・豚肉	人参・トマト缶・玉葱	じゃが芋・片栗粉	にんにく・生姜・ケチャップ・コンソメ
	はるさめまよさらだ	ツナ	人参・青菜・コーン	マヨドレ・春雨	こしょう
	りんごかんでん		イナアガー・りんごジュース		
24(月)	さかなのちりそーす	魚	グリーンピース	片栗粉	ケチャップ・にんにく・生姜・中華味
	きりほしだいこんのかれーに	豚肉	いんげん・人参・切干大根・しめじ・玉葱	カレールー	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
25(火)	つなまよちくわ	竹輪・ツナ	コーン	マヨドレ	
	にくじゃが	豚肉	いんげん・人参・玉葱	こんにゃく・じゃが芋	
	けんちんじる	豆腐・鶏肉	季節の野菜		
26(水)	ぶたすきどん	厚揚げ・豚肉	ねぎ・人参・青菜・玉葱・牛蒡	こんにゃく・片栗粉	生姜
	やさいのつなあえ	ツナ	人参・青菜・もやし・切干大根		
	みそしる	味噌	季節の野菜		
27(木)	とりのからあげ	鶏肉		片栗粉	生姜・にんにく
	こんさいに	鶏肉	人参・いんげん・大根・干し椎茸	こんにゃく	
	みそしる	味噌	季節の野菜		
マラソン大会					
28(金)	はやしらいす	豚肉	トマト缶・トマトジュース・玉葱・人参	ハヤシルー	コンソメ・ケチャップ
	からふるおひたし		人参・青菜・枝豆・コーン		コンソメ
	くだもの		バナナ		
31(月)	さばのにつけ	鯖			生姜
	はるさめちゅうかさらだ	ツナ	人参・青菜・きくらげ	春雨・ごま油	米酢
	みそしる	味噌	季節の野菜		

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

🍴このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホキ・鱈・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

