



1月 給食献立表



暁幼稚園

R6.12.23

| 日(曜日) | 献立名 | 使用食材 | アレルギー | 1食分 (kcal) | 日(曜日) | 献立名 | 使用食材 | アレルギー | 1食分 (kcal) |
|-----------------------|--------------|----------------------------|--------|---------------|---------------------|-------------|-----------------------------------|-------|---------------|
| 1/8 預かり(水) おやつ | 野菜コロッケ | じゃがいも にんじん コーン 小麦粉 パン粉 | | 410 | 1/22(水) | からあげ | 鶏肉 小麦粉 片栗粉 | | 418 |
| | 野菜肉巻き | にんじん いんげん 豚肉 | | | | しゅうまい | 魚肉 ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 | たまご | |
| | ブロッコリーのコンソメ煮 | ブロッコリー にんじん コーン | | | | 五目きんぴら | ごぼう にんじん ピーマン こんにゃく | | |
| | 皮なしウインナー | 豚肉 鶏肉 | | | | ウインナー | 豚肉 鶏肉 | | |
| | チーズ | チーズ | 乳 | | | シュークリーム | たまご 牛乳 小麦粉 | たまご・乳 | |
| 1/9(木) | からあげ | 鶏肉 小麦粉 片栗粉 | | 405 | 1/23(木) | えびかつ | えび 小麦粉 パン粉 | えび | 407 |
| | 鶏だんご煮 | ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 | | | | ケチャップベンネ | ベンネ コーン | | |
| | じゃがツナあえ | じゃがいも ツナ にんじん コーン | | | | 白菜のだし煮 | 白菜 小松菜 油揚げ ねぎ | | |
| | ミニハムステーキ | ハム | | | | 玉子焼き | たまご | たまご | |
| 1/10 わかめ(金) ごはん | 白身フライ | 白身魚 小麦粉 パン粉 | | 405 | 1/24 あげ(金) パン | ミニチキン | 鶏肉 | | 406 |
| | オムレツ | たまご | たまご | | | スマイルポテト | じゃがいも | | |
| | ふきのおかか煮 | ふき かつおぶし にんじん コーン | | | | キャベツのサラダ | キャベツ にんじん コーン | | |
| | 豆乳がんも | 豆腐 ごま | ごま | | | ミニハムステーキ | ハム | | |
| | さくらしゅうまい | ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 | | | | ごぼうのごまがらめ | ごぼう ごま | ごま | |
| 1/15(水) | ハンバーグ | ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 | | 407 | 1/27(月) | みそ味つくね | ミンチ たまねぎ にんじん いんげん たまご 小麦粉 パン粉 みそ | たまご | 402 |
| | チキンナゲット | 鶏肉 | | | | さつまいも天 | さつまいも 小麦粉 | | |
| | 切干大根のゴマドレあえ | 切干大根 小松菜 にんじん コーン ごまドレッシング | たまご・ごま | | | じゃがいも煮 | じゃがいも ツナ ひじき にんじん | | |
| | 玉子焼き | たまご | たまご | | | ちくわ煮 | 魚肉 たまご | たまご | |
| | れんこんチップス | れんこん 片栗粉 | | | | ゼリー | ゼリー | | |
| 1/16(木) | 春巻き | たけのこ 豚肉 にんじん 小麦粉 片栗粉 | | 415 | 1/29(水) | チンジャオロースー | たけのこ ピーマン 豚肉 小麦粉 片栗粉 | | 398 |
| | ぎょうざ | ミンチ たまねぎ キャベツ 小麦粉 片栗粉 | | | | ぎょうざ | ミンチ キャベツ 小麦粉 片栗粉 | | |
| | チャブチエ | 春雨 にんじん 青菜 コーン | | | | ナムル | もやし にんじん チンゲン菜 | | |
| | いか団子煮 | いか たまご 魚肉 小麦粉 パン粉 | いか たまご | | | 焼き豆腐 | 豆腐 | | |
| | ドーナツ | たまご 牛乳 | たまご・乳 | | | 玉子焼き | たまご | たまご | |
| 1/17(金) | カレー | 豚肉 たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ | | 420 | 1/30(木) | ハンバーグ | ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 | | 400 |
| | ゼリー | | | | | オムレツ | たまご | たまご | |
| | | | | | | 根菜のドレッシングあえ | ごぼう にんじん ドレッシング コーン | | |
| | | | | | | にんじんちゃん | にんじん ほうれん草 魚肉 | | |
| 1/20(月) | ミートパンネ | パンネ たまねぎ ミンチ | | 406 | 1/31(金) | うどん | うどん | | 380 |
| | とんかつ | 豚肉 小麦粉 パン粉 | | | | からあげ | 鶏肉 小麦粉 片栗粉 | | |
| | ブロッコリーのひじきあえ | ブロッコリー ひじき にんじん コーン | | | | 玉子焼き | | | |
| | 五目しんじょ | 魚肉 ブロッコリー ひじき れんこん にんじん 豆腐 | | | | ウインナー | | | |
| | ゼリー | ゼリー | | | | | | | |

今月の旬

れんこん カリフラワー キャベツ みずな ごぼう 小松菜 しゅんぎく せり ほうれん草 セロリ
 大根 ながいも ながねぎ 菜の花 野沢菜 白菜 ブロッコリー みかん レモン キウイ オレンジ
 さわ たら ひらめ ふぐ あずき ひらめ ふぐ

