

平成30年1月 乳児献立表

かたばみ保育園/シダックス

日付	曜	午前	昼食	午後おやつ	食品
4	★	木	ごはん おふのおすまし さわらのみそ焼き ブロッコリーのごま和え りんご	麦茶 フルーチェ (みかん味)	米/麩・葱 さわら ブロッコリー・ごま 午後おやつ・・・フルーチェ・みかん
5	19	金	ごはん 白菜とわかめのみそ汁 筑前煮 かにかま大根サラダ オレンジ	牛乳 マカロニツナトマト炒め	米/白菜・わかめ 鶏肉・ごぼう・椎茸・人参・里芋・れんこん・いんげん 大根・胡瓜・かにかま 午後おやつ・・・マカロニ・ツナ・トマト・玉葱・にんにく
6	20	土	そぼろごはん かぶのみそ汁 青菜とコーンのおひたし バナナ	牛乳 クラッカー	米/豚ひき肉・しょうが かぶ ほうれん草・人参・もやし・コーン 午後おやつ・・・クラッカー
	22	月	ごはん 玉葱と油あげのみそ汁 赤魚の煮付け ねばねば和え みかん	牛乳 ごまケーキ	米/玉葱・油あげ 赤魚・しょうが 納豆・オクラ・胡瓜・人参 午後おやつ・・・ホットケーキミックス・豆乳・ごま
9	23	火	けんちんうどん しゅうまい りんご	牛乳 七草粥 23日 菜めしごはん	うどん・鶏肉・豆腐・大根・人参・長葱 豚ひき肉・卵・パン粉・玉葱・グリーンピース 午後おやつ・・・米・卵・かぶ・大根・小松菜・ほうれん草
10	24	水	ごはん なめこと葱のみそ汁 ポークビーンズ キャベツと油揚げのごま和え ルビーグレープフルーツ	牛乳 ジャムサンド	米/なめこ・葱 豚ひき肉・大豆・玉葱・人参・トマト キャベツ・油揚げ・人参・ごま 午後おやつ・・・パン・ジャム
11	25	木	ごはん にと玉葱のみそ汁 かれのい香味焼き バンバンジーサラダ りんご	牛乳 芋ぜんざい	米/玉葱・にと かれのい・にんにく・しょうが・長葱 胡瓜・もやし・ささみ・ごま・ごま油 午後おやつ・・・あずき・さつまい
12	26	金	カレーライス もやしとわかめのみそ汁 白菜と青菜のおひたし オレンジ	牛乳 マカロニ鮭クリーム炒め	米/鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・いんげん もやし・わかめ 白菜・人参・小松菜・もやし・ツナ 午後おやつ・・・マカロニ・鮭・玉葱・枝豆・豆乳
13	27	土	焼きうどん 清汁 ジャーマンポテト みかん	牛乳 クラッカー	うどん・豚肉・キャベツ・人参・もやし・にと しめじ・わかめ じゃが芋・ウィンナー・コーン・ほうれん草 みかん
15	29	月	ごはん 里芋のみそ汁 鶏のボン酢炒め煮 切干大根サラダ みかん	牛乳 かぼちゃ蒸しパン	米/里芋・葱 鶏肉・葱 切干大根・人参・胡瓜・コーン 午後おやつ・・・ホットケーキミックス・豆乳・かぼちゃ
16	30	火	ごはん えのきとわかめのみそ汁 たらのオーロラ焼き お豆サラダ りんご	牛乳 きつねごはん	米/えのき・わかめ たら・にんにく 胡瓜・人参・ツナ・大豆 午後おやつ・・・米・油あげ・ごま
17	31	水	ごはん 大根と油あげのみそ汁 中華風旨煮 厚切りポテト ルビーグレープフルーツ	牛乳 チーズサンド	米/大根・油あげ 豚肉・エビ・豆腐・たけのこ・人参・チンゲン菜・しょうが じゃが芋 午後おやつ・・・パン・チーズ・バター

18	誕生会	木	ナポリタン スープ 白身魚のコーンクリーム焼き ブロッコリーサラダ りんご	牛乳 パパロア	スパゲティ・ウィンナー・玉葱・人参・ピーマン・トマト/かぶ・ほうれん草・しめじ たら・コーン ブロッコリー・にんにく・魚肉ソーセージ・コーン 午後おやつ・・・寒天・いちご・牛乳・薄力粉
----	-----	---	--	------------	---

※食材の都合により献立を変更することがあります。

***** 今月の栄養平均 *****

*マヨネーズは、乳・卵アレルギーのお子様も安心して食べられる物
(乳・卵含まない)を使用しています。

エネルギー 512 kcal