



1月給食献立表



2023年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

日曜	曜	昼食	10時(3未)	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	
			ミルク					
5	木	カレーライス れんこんサラダ ゆで卵 チーズ みかん	さきすめ	せんべい	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・鶏肉・ロースハム 卵・チーズ	じゃがいも・調合油・ごま マヨネーズ・せんべい	たまねぎ・人参・しめじ ほうれんそう・コーン れんこん・きゅうり・みかん	
6	金	鯖の塩焼き 白和え さつま汁 りんご	かみかみこんぶ	いちごマフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鯖・豆腐・鶏肉・油揚げ 竹輪・みそ・煮干	上白糖・ごま さつまいも・調合油 いちごジャム ホットケーキMIX・バター	昆布・ほうれんそう・人参 大根・ごぼう・椎茸・ねぎ 生姜・りんご	
7	土	しょうゆラーメン 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・焼豚・煮干 チーズ	中華めん・上白糖 マーガリン・パン	キャベツ・もやし・コーン 人参・ねぎ・生姜・バナナ	
9	月	成人の日						
10	火	鶏肉のごまみそ焼き ブロッコリーのサラダ すまし汁 みかん	ビスケット	スマイルポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・みそ・ツナ缶 かまぼこ・煮干	ビスケット・上白糖・ごま マヨネーズ・じゃがいも 調合油	にんにく・ブロッコリー・人参 ひじき・コーン・ねぎ 大根・わかめ・みかん	
11	水	肉じゃが ソーセージ天ぷら 春菊のみそ汁 パナナ	さきすめ	パンナコッタ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・牛肉 魚肉ソーセージ・かまぼこ 煮干・みそ	じゃがいも・上白糖 天ぷら粉・調合油 プリン	たまねぎ・人参・椎茸 グリーンピース・ねぎ 春菊・わかめ・バナナ いちご	
12	木	いり豆腐 ポパイサラダ なめこのみそ汁 りんご	スナックパン	ごまクッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏ひき肉・豆腐・竹輪 油揚げ・卵・ロースハム 煮干・みそ・生クリーム	パン・上白糖・調合油 マヨネーズ・薄力粉 ホットケーキMIX バター・ごま	たまねぎ・椎茸・人参 グリーンピース・ほうれんそう コーン・なめこ・ねぎ わかめ・りんご	
13	金	サンドイッチ チーズ ミネストローネ みかん	シガーフライ	野沢菜 おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ロースハム・チーズ・鶏肉	揚げせんべい・パン マヨネーズ・いちごジャム じゃがいも・米	きゅうり・人参・たまねぎ キャベツ・しめじ・トマト缶詰 コーン・みかん・野沢菜	
14	土	かやくうどん 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・竹輪・油揚げ 煮干・チーズ	うどん・上白糖 マーガリン・パン	人参・椎茸・ほうれんそう ねぎ・バナナ	
16	月	松風焼き 青菜のソテー きのこのみそ汁 みかん	ビスケット	ココアふ菓子	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏ひき肉・ロースハム 煮干・みそ	ビスケット・ごま・バター 焼きふ・上白糖 マーガリン	たまねぎ・ほうれんそう 人参・もやし・椎茸 えのきたけ・エリンギ・ねぎ わかめ・みかん	
17	火	♥誕生日会♥ ピラフ 鶏肉のから揚げ カリフラワーのサラダ コンソメスープ みかん	さきすめ	ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・ウインナー・鶏肉 ベーコン	米・バター・片栗粉 調合油・ショートケーキ	人参・たまねぎ・しめじ コーン・グリーンピース・生姜 カリフラワー・赤ピーマン 黄ピーマン・ピーマン みかん・いちご	
18	水	焼肉風ソテー さつまいもサラダ 青菜のみそ汁 みかん	シガーフライ	おぐらトースト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・みそ・煮干・こしあん	揚げせんべい・上白糖 さつまいも・マヨネーズ パン・マーガリン	キャベツ・たまねぎ・もやし 人参・ピーマン・にんにく りんご・りんご・きゅうり 干しぶどう・ほうれんそう わかめ・みかん	
19	木	ビーフシチュー キャベツサラダ ゆで卵 チーズ パナナ	パン	人参マフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 牛肉・豚肉・ロースハム 卵・チーズ・おから	パン・じゃがいも マヨネーズ ホットケーキMIX マーガリン・上白糖	いちご・たまねぎ・人参 しめじ・コーン・グリーンピース キャベツ・みずな・きゅうり バナナ	
20	金	鮭フライ 切干大根の煮もの じゃがいものみそ汁 みかん	かみかみこんぶ	豚まん	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鮭 油揚げ・竹輪・煮干・みそ 豚ひき肉	薄力粉・パン粉・調合油 上白糖・じゃがいも ホットケーキMIX 片栗粉	昆布・切干大根・人参 ひじき・グリーンピース ねぎ・たまねぎ・みかん キャベツ・生姜	
21	土	焼きそば 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉 かつお節・煮干・チーズ	中華めん・調合油 上白糖・マーガリン パン	キャベツ・もやし・人参 椎茸・ピーマン・あおのり バナナ	
23	月	ミートボールの甘煮 大根サラダ 小松菜のみそ汁 みかん	ビスケット	おかか おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚ひき肉・みそ・煮干 かつお節	ビスケット・上白糖 ポテトチップス マヨネーズ・米	たまねぎ・人参・ピーマン 大根・きゅうり・ごまつな わかめ・みかん	
24	火	のっぺい汁 ウインナーソテー ゆで卵 チーズ パナナ	シガーフライ	マーガリン サンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・ウインナー・卵 チーズ	揚げせんべい・さといも 片栗粉・パン マーガリン・上白糖	大根・人参・ごぼう・椎茸 ねぎ・バナナ	
25	水	レバーのしぐれ煮 ごぼうサラダ かぼちゃのみそ汁 りんご	さきすめ	スノーボール クッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・鶏肝臓・ベーコン 油揚げ・煮干・みそ 生クリーム	上白糖・マヨネーズ バター・ホットケーキMIX 薄力粉・上新粉・粉糖	生姜・ごぼう・人参・きゅうり ねぎ・かぼちゃ・りんご	
26	木	コロッケ ほうれんそうのごま和え 豆腐のみそ汁 パナナ	スナックパン	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豆腐・油揚げ・煮干・みそ	パン・コロッケ・調合油 ごま・上白糖 プリン	ほうれんそう・人参・もやし ねぎ・わかめ・バナナ	
27	金	鯖の煮付け シーザーサラダ すまし汁 りんご	かみかみこんぶ	ほうれんそう 蒸しパン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鯖 ベーコン・チーズ かまぼこ・煮干	上白糖・マヨネーズ ホットケーキMIX	昆布・生姜・キャベツ きゅうり・人参・コーン・ねぎ みずな・わかめ・りんご ほうれんそう・干しぶどう	
28	土	ミートスパゲティー 煮干かりんと チーズ パナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・合焼肉 チーズ・煮干	パスタ・上白糖 マーガリン・パン	たまねぎ・人参・椎茸 ピーマン・グリーンピース バナナ	
30	月	タンドリーチキン ひじきの煮もの キャベツのみそ汁 みかん	ビスケット	アメリカン ドック	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・ヨーグルト・油揚げ 竹輪・煮干・ウインナー	ビスケット・上白糖 調合油・ホットケーキMIX	にんにく・たまねぎ ひじき・人参 グリーンピース・キャベツ わかめ・みかん	
31	火	ハヤシライス 白菜のサラダ ゆで卵 チーズ みかん	シガーフライ	チョコパイ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 豚肉・卵・チーズ	揚げせんべい じゃがいも・マヨネーズ パイ皮・チョコレート	人参・たまねぎ・椎茸 コーン・グリーンピース・白菜 りんご・キャベツ・みかん	

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。13日はとんどの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。17日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。 ※都合により、献立は変更になる場合があります。