



平成 29 年 1 月 献立予定表

材料その他の都合により変更することもあります。

南風原はなぞの保育園

日	曜	※幼 児 献 立 名	3 時のおやつ	食 品 材 料 名
2	月	 1 月 1 日 ~ 1 月 3 日 正月休み 		
3	火			
4	水			
4	水	ミルク、フルーツ、福神漬 カレーライス、キュウリ塩もみ	いも天ぷら、小魚 トマト、麦茶	豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、
5	木	ご飯、みそ汁、フルーツ 煮しめ、キュウリ和え物、納豆	フランスパン、小魚 キュウリ、飲むヨーグルト	鳥もも肉、大根、昆布、ゴボウ、納豆、チクワ、人参、豆腐、じゃがいも、コンニャク、納豆
6	金	ご飯 味噌汁、納豆、フルーツ サンマフライ 温野菜サラダ	煮豆、小魚、キュウリ 固形ヨーグルト	サンマ開き、もやし、人参、きゅうり、卵 小麦粉、玉ねぎ、トマト、わかめ、大根、納豆
7	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
9	月	成人の日		
10	火	ご飯、納豆、きゅうりの和え物 豚汁、キビナゴ唐揚げ、フルーツ	砂糖天ぷら 小魚 ミルク、とまと	豚肉、ジャガイモ、人参、蒲鉾、大根、キビナゴ、小麦粉 豆腐、コンニャク、ごぼう、きゅうり、シーチキン、大豆
11	水	お弁当会	ポーポー、小魚、 キュウリ、ミルク	
12	木	ご飯、みそ汁、フルーツ、ポテトサラダ コーンクリームコロッケ、納豆	蒸しいも、きゅうり、 ミルク 小魚	コーン缶、脱脂粉乳、バター、レタス、キュウリ、人参、 卵、マカロニ、りんご、マヨネーズ、小麦粉、納豆
13	金	ご飯、ソーメン汁、フルーツ、納豆 レバー竜田揚げ、豆腐ちゃんぷるー	レーズンパン トマト 飲むヨーグルト 小魚	レバー、ニラ、人参、豆腐、もやし シーチキン、かまぼこ、ねぎ、ソーメン、納豆
14	土	沖縄そば、リンゴ		ゆでそば、三枚肉、ネギ、出し骨、リンゴ
16	月	ご飯、フルーツ、キュウリの和え物 ホワイトシチュー、靴打唐揚げ、納豆	スティック菓子、小魚、 ミルク、きゅうり	豚肉、ジャガイモ、人参、タマネギ、キュウリ、シチュー、脱 脂乳、グリーンピース、きびなご、大豆、白菜、ほうれん草
17	火	ご飯、みそ汁、フルーツ、納豆 焼き肉、ポテト野菜サラダ	ホットケーキ、小魚 トマト、ミルク	豚B ロース、ニンニク、しょうが、キュウリ、人参ジャガ イモ、マカロニ、レタス、卵、リンゴ、納豆
18	水	ミルク、フルーツ、福神漬 カレーライス、キュウリ塩もみ	ぜんざい、小魚、 トマト	豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、
19	木	温野菜サラダ、ミルク、ゆで卵、フルーツ スパゲティーミートソース、チーズ	胚芽ロールパン、小魚 きゅうり、飲むヨーグルト	牛ひき肉、スパゲティー、タマネギ、人参、わかめレタス、 トマト、キュウリ、卵
20	金	ご飯、味噌汁、すき焼き風煮物、納豆 フルーツ、もやしときゅうりの和え物	かぼちゃ天ぷら 小魚 きゅうり 麦茶	牛肉、白菜、しらたき、春雨、豆腐、わかめ、 玉ねぎ、もやし、人参、きゅうり、卵、納豆
21	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
23	月	ミルク、フルーツ ハヤシライス、キュウリ塩もみ	大学いも、小魚、キュウリ お茶	牛肉、人参、たまねぎ、ハヤシルー、福神漬け グリーンピース、脱脂粉乳
24	火	ご飯、ゆし豆腐、フルーツ、納豆 ひじき甘辛煮、カボチャ含め煮	かき揚げ、きゅうり、健康茶	豚ひき肉、ひじき、人参、カマボコ、いんげん こんにゃく、ゆし豆腐、ねぎ、かぼちゃ、納豆
25	水	ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ チキンフライ、ポテト野菜サラダ	ひらやーち きゅうり ミルク	手羽元、卵、じゃがいも、人参、リンゴ、マカロニ キュウリ、豆腐、レタス、小麦粉、マヨネーズ、納豆
26	木	ご飯 そーめん汁 イカ味噌煮 野菜ちゃんぷる フルーツ	ポテトフライ ミルク トマト、小魚	ロールイカ、にんにくの葉、人参、蒲鉾、 豆腐、麩、シーチキン、そーめん
27	金	ご飯 ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮 クービリチー 納豆 フルーツ	バターパン、小魚 トマト、飲むヨーグルト	三枚肉、切り昆布、千切り大根、こんにゃく、 納豆、かぼちゃ、蒲鉾、豆腐、ねぎ、
28	土	沖縄そば、リンゴ		ゆでそば、三枚肉、ネギ、出し骨、リンゴ
30	月	ご飯 沖縄そば フルーツ 納豆 豚レバーもやし炒め あげ豆腐	くずもち、小魚、キュウリ ミルク	豚レバー、もやし、にら、シーチキン、人参 豆腐、納豆、わかめ、
31	火	赤飯、キュウリ和え物、きんぴらゴボウ イナムルチ、揚げ豆腐、フルーツ	蒸しパン、小魚、きゅうり ミルク	豚ぐーやー肉、白カマボコ、タケノコ、椎茸、人参、小豆 コンニャク、千切りゴボウ、キュウリ、豆腐、シーチキン

