

献立表



新しい年明けとともに寒さが身に染みる季節となりました。お正月休みから明けて生活リズムが崩れやすい中、体調管理に気を付けましょう。今年も心も体も温まる給食を提供していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



2023年01月

※献立レシピはいつでも差し上げられますのでお声掛けください。太子保育園

日付	献立					10時おやつ (後期・完了)	3時おやつ (後期・完了) 離乳食材	行事
			中期	後期	完了			
04水	麦御飯 チキンカレー コーンサラダ ベビーチーズ	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、玉葱 人参、キャベツ 野菜スープ	米 鶏肉、じゃが芋、玉葱 人参、胡瓜、ベビーチーズ	米 鶏肉、じゃが芋、玉葱 人参、胡瓜、ベビーチーズ	豆乳	おにぎり 麦茶 米、おかか	保育始め 希望保育
05木	牛丼 かみかみナムル わかめスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、もやし 人参、さつまい芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 もやし、胡瓜 わかめ、ねぎ	米 豚肉、玉葱 もやし、胡瓜 わかめ、ねぎ	さつまい芋	りんご蒸しパン 牛乳 りんご	希望保育
06金	御飯(雑穀入り) 豚バラと白菜のたまごとし 南瓜煮 すまし汁(なると・ふ)	主食 主菜 副菜 汁	米 白菜、南瓜 ほうれん草、人参 野菜スープ	米 豚肉、白菜、あさつき 南瓜、大根 ほうれん草、麩	米 豚肉、白菜、あさつき 南瓜、大根 ほうれん草、麩	茹人参	七草粥 麦茶 米、ほうれん草、大根	もちつき
07土	ナポリタン 野菜スープ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	スパゲッティ 玉葱、人参 白菜、大根 野菜スープ	スパゲッティ 豚肉、玉葱 人参、大根 白菜、人参	スパゲッティ 豚肉、玉葱 人参、大根 白菜、人参			
10火	御飯 かじきのオーロラソースかけ 切干大根の煮物 コンソメスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 かじき、玉葱 人参、大根 キャベツ、麩	米 かじき、玉葱 人参、大根 キャベツ、しめじ	蒸しじゃがいも	チヂミ風 麦茶 小麦粉、葱	諸日納入日
11水	きつねうどん ちくわ磯辺揚げ りんご	主食 主菜 副菜 汁	うどん ほうれん草、玉葱 じゃが芋、人参 野菜スープ	うどん 鶏肉、ほうれん草、葱 人参、大根、りんご	うどん 鶏肉、ほうれん草、葱 人参、大根、りんご	牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶 米、あおのり	
12木	麦ご飯 ローストチキン れんこんカレー炒め 味噌汁(油揚げ・なめこ)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 さつまい芋、キャベツ 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱 れんこん、人参 大根、麩	米 鶏肉、玉葱 れんこん、人参 なめこ、麩	ブルー	焼きそば 麦茶 そうめん、キャベツ もやし	
13金	御飯 焼きビーフン ポテトサラダ 中華コーンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ じゃが芋、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、もやし、キャベツ 人参、胡瓜 玉葱、あさつき	米 豚肉、もやし、キャベツ 人参、胡瓜 玉葱、あさつき	茹人参	黒糖麩ラスク 牛乳 さつまい芋	
14土	ソースかつ丼 味噌汁 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、人参 玉葱、もやし 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 人参 わかめ、ねぎ、麩	米 豚肉、玉葱、キャベツ 人参 わかめ、ねぎ、麩			
16月	御飯(雑穀入り) たらの野菜あんかけ スパゲッティのサラダ ほうれん草とベーコンのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 たら、玉葱 人参、ほうれん草 野菜スープ	米 たら、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草、麩	米 たら、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草、麩	茹大根	マドレーヌ 牛乳 ホットケーキ粉、豆乳	
17火	御飯 コロッケ ひじき煮 味噌汁(小松菜・人参)	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、玉葱 キャベツ、小松菜 野菜スープ	米 豚肉、じゃが芋、玉葱、キャベツ 大豆、人参 小松菜、人参	米 豚肉、じゃが芋、玉葱、キャベツ 大豆、人参 小松菜、人参	茹人参	もちもちチーズパン 牛乳 ホットケーキ粉、豆乳	
18水	ロールパン 鶏肉のカチャトラ ジャコサラダ シチュー	主食 主菜 副菜 汁	食パン 玉葱、人参 大豆、じゃが芋 野菜スープ	食パン 鶏肉、玉葱、ピーマン、大豆 胡瓜、人参 玉葱、人参、しめじ、じゃが芋	食パン 鶏肉、玉葱、ピーマン、大豆 胡瓜、人参 玉葱、人参、しめじ、じゃが芋	さつまい芋	おかかおにぎり 麦茶 米、おかか	
19木	麦御飯 さばの焼きおろし煮 里芋とこんにやくのそぼろ煮 味噌汁(油揚げ・かぶ)	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、人参 かぶ、玉葱 野菜スープ	米 鮭、大根、あさつき 人参、さといも かぶ、かぶ葉	米 鮭、大根、あさつき 人参、さといも かぶ、かぶ葉	ブルー	カルシウムせんべい 麦茶 じゃが芋、しらす	避難訓練
20金	御飯 すき焼き風煮 小松菜ともやしの和え物 味噌汁(卵・あさつき)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、白菜 小松菜、人参 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、葱、白菜 小松菜、もやし あさつき、麩	米 豚肉、豆腐、葱、白菜 小松菜、もやし あさつき、麩	蒸しじゃがいも	どら焼き 牛乳 ホットケーキ粉、豆乳	
21土	焼きそば 中華スープ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	そうめん キャベツ、もやし じゃが芋、人参 野菜スープ	そうめん 豚肉、もやし、キャベツ 人参、じゃが芋 大根、玉葱	そうめん 豚肉、もやし、キャベツ 人参、じゃが芋 大根、玉葱			
23月	御飯 ぶりの照り焼き かにかまサラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 大根、豆腐 野菜スープ	米 鮭、レタス 人参、胡瓜 豆腐、ワカメ	米 鮭、レタス 人参、胡瓜 豆腐、ワカメ	ブルー	ウインナーホットケーキ 麦茶 ホットケーキ粉、豆乳	
24火	和風タンメン たまご焼き 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	うどん キャベツ、人参 ねぎ、チンゲン菜 野菜スープ	うどん 鶏肉、チンゲン菜、キャベツ 人参、みかん 飲むヨーグルト	うどん 鶏肉、チンゲン菜、キャベツ 人参、みかん 飲むヨーグルト	茹人参	昆布おにぎり 麦茶 米、鮭	
25水	御飯 煮込みハンバーグ 春雨サラダ ソーセージスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、もやし じゃが芋、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 もやし、胡瓜 じゃが芋、玉葱、キャベツ	米 豚肉、玉葱 もやし、胡瓜 じゃが芋、玉葱、キャベツ	豆乳	スイートブレッド 麦茶 食パン	音楽指導
26木	御飯(雑穀入り) まぐろの春巻き マカロニサラダ コーンスープ 苺	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 大根、玉葱 野菜スープ	米 鮭、玉葱 人参、胡瓜、マカロニ、苺 いんげん、麩	米 鮭、玉葱 人参、胡瓜、マカロニ、苺 いんげん、麩	茹大根	バナナクレープ 牛乳 バナナ	誕生会
27金	御飯 おでん 五目納豆 味噌汁(油揚げ・ほうれん草)	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、ほうれん草 じゃが芋、人参 野菜スープ	米 大根、豚肉、玉葱 人参、納豆 ほうれん草、麩	米 大根、豚肉、玉葱 人参、納豆 ほうれん草、麩	ベビーチーズ	洋風おこし 麦茶 米はげ	
28土	五目うどん りんご 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん 白菜、人参 大根、玉葱 野菜スープ	うどん 豚肉、白菜、ねぎ 人参、りんご	うどん 豚肉、白菜、ねぎ 人参、りんご			
30月	御飯(雑穀入り) 鮭の味噌マヨコーン焼き にんじんしりしり 味噌汁(えのき・玉葱)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 玉葱、大根 野菜スープ	米 鮭、玉葱 人参、大根 玉葱、麩	米 鮭、玉葱 人参、大根 玉葱、えのき	牛乳	焼きスパゲッティ 麦茶 スパゲッティ、ピーマン 人参、コーン、豚肉	
31火	ニラ豚チャーハン 里芋煮 ワンタンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、じゃが芋 大根、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、ニラ、葱 人参、里芋 あさつき、麩	米 豚肉、ニラ、葱 人参、里芋 あさつき、麩	蒸しじゃがいも	味噌おでん 麦茶 さつまい芋	