



さとがおかようちえんのSchool lunch 2019 1月

給食数16回 おやつ数17回 エネルギー 582Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 15.3g

7(月)	冬季保育	8(火)	ご飯 生揚げの中 華風 きんぴらご ぼう お浸し 味 噌汁	9(水)	麦ご飯 かねいの 蒲焼風 ひじき煮 お浸し 味噌汁	10(木)	ご飯 チャブチエ チヨレギサラダ 味噌汁 りんご	11(金)	スパゲッティミート ソース さつまい もとりんごのサラ ダ ごぼうのバル サミコ炒 スー プ
			五平餅 りんご		ふかしいも みかん		黒糖ドーナツ 野菜ス ティック		ゆかりおにぎり 酢ごぼう
			生揚げ 豚ばら肉 人参 しめじ 長ねぎ 生姜 ブ ロッコリー 片栗粉 ごま 油 ごぼう 糸こんにゃく 青菜 大根 えのき茸/ゴ マ りんご		押麦 かねい 生姜 片栗 粉 ひじき 人参 れんご ん えのき茸 青菜 白菜 高野豆腐/さつまいも み かん		韓国春雨 人参 玉ねぎ 牛ひき肉 エリンギ たら にんにく キャベツ きゅう り 海苔 わかめ ゴマ 大根 じゃがいも りんご /小麦粉 BP 卵 黒糖 大根 人参		パスタ 豚挽肉 玉ねぎ トマト水煮缶 トマトビュー レ ケチャップ ソース り んご さつまいも マヨ ネーズ レーズン ごぼう バルサミコ酢 青菜 しめ じ 人参/ゆかり粉 ごぼ う
14(月)	成人の日	15(火)	小正月 小豆ご飯 焼魚 紅白なます お浸 し けんちん汁	16(水)	わかめご飯 鶏照 り焼き ポテトサ ラダ お浸し 味 噌汁	17(木)	ご飯 五目納豆 五目きんぴら 青 菜のおろし和え 味噌汁	18(金)	フランスパン ベ ジタブルチャウ ダー コールス ローサラダ
			おかかおにぎり りんご 昆布		中華風むしパン りんご 昆布		ふかしじゃがいも みかん 昆布		焼きおにぎり 酢ごぼう
			小豆 ゴマ 甘塩鯖 大根 人参 わかめ 青菜 ご ぼう こんにゃく 白菜 豆腐 じゃがいも/鯉節 りんご 昆布		わかめ ゴマ 鶏もも肉 生姜 じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり マヨ ネーズ 青菜 大根 なめ こ/小麦粉 卵 はちみつ BP レーズン りんご 昆 布		豚挽肉 玉ねぎ 人参 青菜 納豆 青菜 ツナ缶 レモン 大根 きゅうり ごぼう 豚小間肉 れんご こ/小麦粉 卵 はちみつ BP レーズン りんご 昆 布		フランスパン(市販) じゃ がいも 人参 玉ねぎ セロリ キャベツ 鶏小間 肉 バター 小麦粉 牛乳 キャベツ ツナ缶 きゅうり コーン/ごぼう ゴマ油
21(月)		22(火)	お弁当の日	23(水)	ご飯 春巻き ひ じき煮 ナムル風 高野豆腐のスープ	24(木)	ツナごぼうご飯 カレーのゴマ衣焼 き さつまいもと 切昆布煮 お浸し 味噌汁	25(金)	カレーうどん ご ぼうサラダ みか ん
			あなかけうどん 昆布		ビスコッティ みかん		塩きな粉団子 ゆかり漬		味噌おにぎり 酢ごぼう
			卵 鶏ひき肉 人参 卵 干し椎茸 いんげん ごぼ う こんにゃく ゴマ 青 菜 もやし 大根 油揚げ /うどん 鯉節 人参 え のき茸 昆布		豚もも肉 人参 水煮たけ のこ ピーマン 春雨 ご ま油 春巻きの皮 ひじき 糸こんにゃく 油揚げ 青 菜 もやし きゅうり ゴ マ 大根 高野豆腐/小麦 粉 卵 レーズン みかん		ツナ缶 ごぼう 人参 カ レイ ゴマ 米粉 さつま いも 切昆布 青菜 えの き茸 白菜 豆腐/上新粉 もち粉 きな粉 大根 ゆ かり粉		うどん 豚小間肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ カレー粉 片栗粉 ごぼう 人参 ベーコン マヨネーズ み かん/ゴマ ごぼう
28(月)		29(火)	ご飯 鶏肉の塩麹 唐揚げ 大根サラ ダ 南瓜の胡麻和 え 味噌汁	30(水)	ご飯 鯖の味噌煮 切干大根煮 お浸 し 味噌汁	31(木)	炊き込みごはん 大肉団子と白菜の 煮込み りんご		
			しらすおにぎり みかん 昆布		トマトソースのパンネ		磯辺もち ゆかり漬		
			鶏むね肉 塩麹 片栗粉 大根 れんこん ツナ缶 きゅうり マヨネーズ 南 瓜 ゴマ 白菜 油揚げ/ しらす 青海苔 みかん 昆布		鯖 生姜 切干大根 油 揚げ 人参 いんげん じゃがいも 青菜 もやし 白菜 えのき茸/パンネ トマト水煮缶 ツナ缶 人 参 玉ねぎ ピーマン		わかめ ゴマ 豚挽肉 豆 腐 長ねぎ 生姜 エリン ギ 生姜 卵 筍水煮 片 栗粉 白菜 人参 ごま油 りんご/もち 海苔 大根 ゆかり粉		

* 食材の入荷状況により献立の内容が変更する場合があります。ご了承ください。