

2022年 1月



献立表



このみ坂保育園

日	曜	にし・そよかぜ 朝おやつ	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー
4	火	おせんべい ビスケット	汁	カレーライス ブロッコリーサラダ 野菜スープ	414	牛乳	ホットケーキ	234
5	水	魚肉ソーセージ	炒	ごはん 厚揚げのみそ炒め 小松菜とコーンのごま和え かきたま汁	407	牛乳	お麩ラスク	202
6	木	おせんべい ビスケット	揚	ごはん 魚のサクサクあげ ばんさんす みそ汁	400	牛乳	さつまいも蒸しパン	235
7	金	おせんべい ビスケット	丼	こんにゃくそぼろ丼 もやしのゴマネーズ みそ汁 果物	398	牛乳	七草粥	123
8	土	おせんべい ビスケット	麺	焼きビーフン きゅうりのごま和え みそ汁 果物	380	牛乳	バターサブレ	248
10	月	-	-	成人の日		-	-	-
11	火	バナナ	焼	ごはん 鶏つくねの甘辛 炒り豆腐 みそ汁	394	牛乳	スイートポテト	203
12	水	魚肉ソーセージ	汁	ごはん くずきり入りポトフ ササミの中華サラダ 果物	387	牛乳	バナナカップケーキ	231
13	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん じゃがいもと豚肉のカレー煮 小松菜おひたし みそ汁	409	牛乳	ぜんざい (米粉団子入り)	213
14	金	バナナ	揚	ごはん 鮭のオーロラソース 納豆和え みそ汁	402	牛乳	きなこラスク	200
15	土	おせんべい ビスケット	麺	ナポリタン 野菜スープ フルーツヨーグルト	397	牛乳	ココアマフィン	250
17	月	バナナ	炒	ごはん 牛肉の千切り炒め ほうれん草のナムル みそ汁	407	牛乳	クッキー	222
18	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 魚の照り焼き ひじきサラダ さつま汁	414	牛乳	みそまんじゅう	200
19	水	魚肉ソーセージ	煮	ごはん 煮込みミートボール ごま酢和え スープ	408	牛乳	アップルケーキ	237
20	木	おせんべい ビスケット	焼	こぎつねごはん 焼き魚 青菜とベーコンの和え物 みそ汁	405	牛乳	スコーン	235
21	金	バナナ	揚	ごはん チキンチキンごぼう 里芋のごまみそ和え みそ汁	427	牛乳	小松菜おにぎり	222
22	土	おせんべい ビスケット	丼	ビビンバ丼 ピクルス 野菜スープ 果物	378	牛乳	りんごヨーグルトケーキ	227
24	月	バナナ	焼	ごはん タンドリーチキン ポパイサラダ みそ汁	428	牛乳	お好み焼	250
25	火	おせんべい ビスケット		ごはん カレイのクラッカー揚げ スタミナサラダ みそ汁	404	牛乳	マドレーヌ	235
26	水	魚肉ソーセージ	汁	ごはん 団子汁 厚揚げおかか煮 果物	400	牛乳	金時煮豆	215
27	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 魚のガーリック焼き くきわかめの炒り煮 みそ汁	389	牛乳	黒糖ビスケット	194
28	金	バナナ	焼	ごはん スペイン風オムレツ コーンフレークサラダ スープ	406	牛乳	ココア蒸しパン	235
29	土	おせんべい ビスケット	麺	焼うどん わかめの酢の物 みそ汁 果物	398	牛乳	チーズ饅頭	202
31	月	バナナ	汁	ごはん タイピーエン ちぎり揚げ煮 果物	420	牛乳	人参ジャムサンド	233



は誕生会リクエストメニューです。

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。