

2023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	水	おせんべい ビスケット	汁	ごはん	ドライカレー ごま酢和え 野菜スープ	401	牛乳	ホットケーキ	230
5	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん	筑前煮 小松菜納豆 みそ汁	385	牛乳	スコーン	235
6	金	おせんべい ビスケット	炒	ごはん	厚揚げのみそ炒め ブロッコリーサラダ みそ汁	429	牛乳	七草粥	146
7	土	おせんべい ビスケット	麺	ちゃんぽん ごま和え 果物		372	牛乳	お菓子	-
9	月	-	-	成人の日		-	-	-	-
10	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	豚肉の生姜焼き 切干大根煮 みそ汁	393	牛乳	お麩ラスク	202
11	水	バナナ	煮	ごはん	牛肉とごぼうの甘辛煮 ビーフンサラダ みそ汁	387	牛乳	スイートポテト	253
12	木	魚肉ソーセージ	焼	ごはん	鮭の照り焼き ほうれん草のナムル 豚汁	420	牛乳	ぜんざい	193
13	金	おせんべい ビスケット	揚	赤飯	からあげ 青菜とコーンの和え物 すまし汁	421	牛乳	きなこラスク	200
14	土	おせんべい ビスケット	麺	煮込みうどん ごま酢和え 果物		368	牛乳	チーズ饅頭	202
16	月	バナナ	煮	ごはん	じゃがいもと豚肉のカレー煮 マカロニサラダ みそ汁	427	牛乳	ココアマフィン	250
17	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	カレイのコーンマヨ焼き くきわかめの炒り煮 みそ汁	386	牛乳	人参ジャムサンド	233
18	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん	チキンチキンごぼう スタミナサラダ みそ汁	430	牛乳	金時煮豆	215
19	木	魚肉ソーセージ	煮	ごはん	煮込みミートボール もやしごまネーズ みそ汁	419	牛乳	りんごケーキ	237
20	金	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	鯖の西京焼き ひじきの炒り煮 のっぺ汁	384	牛乳	もちもちポテト	233
21	土	おせんべい ビスケット	麺	ミートスパゲティ コールスロー 野菜スープ		370	牛乳	りんごヨーグルトケーキ	227
23	月	おせんべい ビスケット	汁	ごはん	くずきりいりポトフ 和風和え 果物	380	牛乳	人参丸ぼうろ	123
24	火	魚肉ソーセージ	揚	ごはん	カレイのクラッカー揚げ ポパイサラダ みそ汁	408	牛乳	小松菜おにぎり	233
25	水	バナナ		ごはん	タンドリーチキン ばんさんす 豆乳スープ	417	牛乳	お好み焼き	250
26	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	サバの塩焼き 炒り豆腐 さつま汁	416	牛乳	バナナカップケーキ	231
27	金	おせんべい ビスケット	炒	ごはん	豚肉と野菜の華風炒め 五目大豆煮 みそ汁	391	牛乳	ふかしいも	200
28	土	おせんべい ビスケット	丼	親子丼 塩こぶ和え みそ汁		377	牛乳	お菓子	-
30	月	バナナ	汁	ごはん	団子汁 厚揚げおかか煮 果物	398	牛乳	クッキー	256
31	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	あじのガーリック焼き 里芋のごまみそ和え みそ汁	391	牛乳	マドレーヌ	235

は、お誕生日会メニューです。

※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。ご了承願います。