

令和5年1月の献立予定表

なるにつこ認定こども園

泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
4 18	水	ドライカレー 春雨サラダ	(大豆水煮、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カレー粉) (小豆、さつまいも) (春雨、にんじん、豆苗、コーン缶、和風ドレッシング)	いもぜんざい 菓子
5 19	木	オランダ揚げ・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(赤魚、にんじん、たまねぎ、ピーマン、小麦粉)(キャベツ) (小麦粉、バナナ、豆乳) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(かぶ、かぶの葉、たまねぎ、にんじん、椎茸、味噌)	バナナ蒸しパン 牛乳
6 20	金	コーンしゅうまい・付け合わせ ひじき煮・味噌汁	(豚挽肉、大豆水煮、小松菜、コーン缶、キャベツ、土しろうが、片栗粉)(ブロッコリー) (ごはん、鶏肉、にんじん、油揚げ) (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、味噌)	鶏飯おにぎり お茶
7 21	土	そぼろ丼 煮浸し・すまし汁	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(さつまいも、たまねぎ、しめじ、ほうれん草)	菓子 牛乳
23	月	からあげ・温キャベツ おかか和え・味噌汁	(鶏肉、片栗粉)(キャベツ) (白菜、にんじん、かつお節)(豆腐、たまねぎ、にんじん、小松菜、椎茸、味噌)	国産りんごゼリー 菓子
10 24	火	すき焼き風煮 ごま和え・味噌汁	(豚肉、焼き豆腐、たまねぎ、白菜、にんじん、糸こんにゃく、まいたけ、しめじ、ねぎ) (小麦粉、豆乳、マーガリン、きなこ、純ココア) (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(だいこん、たまねぎ、にんじん、油揚げ、わかめ、味噌)	きなこクッキー 牛乳
11 25	水	鯖のカレー竜田・付け合わせ コールスロー・味噌汁	(生鯖、カレー粉、片栗粉)(ブロッコリー) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(なめこ、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、味噌)	菓子 飲むヨーグルト
12 26	木	松風焼・温キャベツ 切干の含め煮・味噌汁	(鶏挽肉、たまねぎ、ねぎ、味噌、パン粉)(キャベツ) (食パン、いちごジャム) (切干大根、にんじん、生しいたけ)(豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、チンゲン菜、味噌)	ジャムサンド 牛乳
13 27	金	ぶり大根・味噌汁 にんじんしりしり	(ぶり、だいこん、土しろうが)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、えのき、小松菜、味噌) (にんじん、豆苗、鶏ささみ) (小麦粉、豚挽肉、椎茸、キャベツ、たまねぎ、ねぎ)	肉まん 牛乳
14 28	土	焼き飯 野菜スープ・果物	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン) (かぼちゃ、たまねぎ、レタス、ねぎ)(国産りんご)	菓子 牛乳
16 30	月	コロツケ・温キャベツ ゆかり和え・味噌汁	(じゃがいも、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、小麦粉、パン粉)(キャベツ) (国産みかん) (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、味噌)	果物・菓子 牛乳
17 31	火	鯖の味噌煮 キャベツ炒め・すまし汁	(生鯖、土しろうが、味噌) (さつまいも) (キャベツ、鶏ささみ、にんじん)(豆腐、たまねぎ、にんじん、しめじ、小松菜)	さつまいもスティック 牛乳