

1 1 月の献立表

2023年 黒木保育園

曜日	献立名	主な材料	おやつ
1(水)	めんそーれごはん・にんじんしりしり もずくすーぷ・りんご	・豚肉・刻み昆布・人参・こんにゃく・ごぼう・枝豆・卵・キャベツ・もずく ・もやし・ネギ・えのき・しめじ・さつま芋	ぎゅうにゅう ☆ふかしいも
2(木)	むぎごはん・さばのかれーやき にんびーきんぴら・なめこみそしる・みかん	・さば・カレー粉・人参・ピーマン・こんにゃく・ごぼう・油揚げ・小松菜 ・なめこ・もやし・わかめ・ねぎ	ぎゅうにゅう まりーびすけっと
3(金)	ぶんかのひ		
4(土)	やきそば・たまねぎみそしる・ばなな	・豚肉・中華麺・人参・キャベツ・もやし・ちくわ・かまぼこ・ピーマン ・玉ねぎ・わかめ・ネギ・バナナ	おっとっと
6(月)	まーぼーとうふどん・ちゅうかさらだ たまごすーぷ・みかん	・豚挽き肉・豆腐・人参・ネギ・たけのこ・生姜・春雨・キャベツ・小松菜 ・ソーセージ・コーン・わかめ・卵・もやし・ピース	ぎゅうにゅう すていっくばん
7(火)	むぎごはん・ひじきころっけ きゃべつのさらだ・とうふのすまししる・りんご	・合いびき肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ひじき・卵・小麦粉・パン粉 ・キャベツ・わかめ・ブロッコリー・豆腐・油揚げ・もやし・ネギ	ぎゅうにゅう ☆ばななこーんふれく
8(水)	むぎごはん・じゃがいものみーとそーすに なっとう・ねぎのみそしる・きうい	・合いびき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ピーマン・えのき・しめじ ・納豆・ねぎ・あぶら揚げ・わかめ・ミックス粉	ぎゅうにゅう ☆ほっとけーき
9(木)	むぎごはん・さかなのほいるやき ぶろっこりー・あつあげのみそしる・かき	・赤魚・人参・玉ねぎ・ピーマン・ブロッコリー・キャベツ・コーン ・厚揚げ・もやし・ネギ・わかめ・大根	ぎゅうにゅう せんべい
10(金)	ろーるぱん・ぼてとしちゅう まかろにさらだ・りんご	・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・コーン・ピース ・マカロニ・キャベツ・ソーセージ・卵・ブロッコリー・のり	むぎちゃ ☆のりまきおにぎり
11(土)	おこのみやき・ふのみそしる・ばなな	・豚肉・キャベツ・人参・小麦粉・卵・長芋・コーン・ふ・玉ねぎ・ネギ ・バナナ	えびせん
13(月)	はやしらいす・つなさらだ ふる一つよーぐると	・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・ピース・トマト缶 ・ツナ缶・キャベツ・ブロッコリー・わかめ・ヨーグルト・バナナ	ぎゅうにゅう ばーむくーへん
14(火)	むぎごはん・あげぎょうざ ぶろっこりー・びーふんすーぷ・みかん	・冷凍餃子・ブロッコリー・コーン・キャベツ・ビーフン・ベーコン ・もやし・ネギ・えのき・餃子の皮・納豆・チーズ	ぎゅうにゅう ☆なっとうびざ
15(水)	(七五三おいわい) ちらしずし・ごまどれさらだ ういんなー・すまいるぼてと・はなかますましじる・りんご	・合いびき肉・人参・こんにゃく・ごぼう・枝豆・卵・のり・キャベツ ・ブロッコリー・わかめ・ウインナー・ポテト・玉ねぎ・ネギ・フルーツ缶	☆ぷりんあらもーど
16(木)	むぎごはん・さばのしおやき ひじきのにもの・じゃがいものみそしる・きうい	・さば・ひじき・人参・こんにゃく・ごぼう・油揚げ・小松菜・ごま ・じゃが芋・玉ねぎ・ネギ・もやし	ぎゅうにゅう くっきー
17(金)	しょくぱん・じゃむ・だいこんのさらだ・かき ぶたひきにくのまよねーずやき・はるさめすーぷ	・豚挽き肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ピーマン・大根・キャベツ・コーン ・ツナ缶・春雨・わかめ・えのき・しめじ・ネギ・塩昆布・枝豆	むぎちゃ ☆しおこんぶおにぎり
18(土)	かきあげうどん・すていっくちーず・ばなな	・うどん麺・人参・玉ねぎ・しめじ・小麦粉・卵・片栗粉・かまぼこ・ちくわ ・わかめ・ネギ・チーズ・バナナ	ベジタべる
20(月)	あいじょうべんとうのひ		ぎゅうにゅう うえはーず
21(火)	むぎごはん・ちきんなんばん やさいのゆかりあえ・もやしすーぷ・みかん	・鶏肉・小麦粉・卵・ブロッコリー・玉ねぎ・キャベツ・わかめ・人参 ・小松菜・ちくわ・ゆかり・もやし・ネギ・ミックス粉	ぎゅうにゅう ☆まふいん
22(水)	むぎごはん・さけのちゃんちゃんやき すいとん・みかん	・鮭・キャベツ・人参・もやし・えのき・しめじ・小松菜・小麦粉・団子粉 ・玉ねぎ・油揚げ・わかめ・ネギ・ロールパン・きな粉	ぎゅうにゅう ☆あげぱん
23(木)	きんろうかんしゃのひ		
24(金)	はむ・ちーずさんど・さつま芋ものてんぷら ころころすーぷ・りんご	・ハム・チーズ・さつま芋・小麦粉・卵・片栗粉・大豆水煮・人参・玉ねぎ ・えのき・しめじ・ピース・キャベツ・梅ひじき	むぎちゃ ☆うめひじきごはん
25(土)	ちゃんぽん・すまいるぼてと・ばなな	・豚肉・中華麺・人参・キャベツ・玉ねぎ・かまぼこ・ちくわ・ネギ ・スマイルポテト・バナナ	さっぽろぼてと
27(月)	さつま芋ごはん・あげだいずさらだ にくだんごすーぷ・きうい	・さつま芋・いりごま・大豆水煮・人参・キャベツ・ブロッコリー・わかめ ・鶏ひき肉・玉ねぎ・春雨・えのき・しめじ・ネギ	ぎゅうにゅう かたやきどーなつ
28(火)	むぎごはん・なっとうかきあげ ぶろっこりー・ぶたじる・みかん	・納豆・人参・玉ねぎ・舞茸・小麦粉・卵・片栗粉・ブロッコリー・コーン ・豚肉・もやし・ネギ・豆腐・えのき・しめじ・ちりめん・ごま・青のり	ぎゅうにゅう ☆じゃこまよとーすと
29(水)	わかめおにぎり・にくじゃが だんごじる・りんご	・わかめの素・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・糸こんにゃく・ごぼう ・厚揚げ・ピース・小麦粉・団子粉・もやし・油揚げ・えのき・しめじ・ネギ	ぎゅうにゅう ☆あっぷるばい
30(木)	むぎごはん・あかうおのうめまよやき やさいかれーいため・かぼちゃのみそしる	・赤魚・練り梅・ネギ・キャベツ・人参・玉ねぎ・厚揚げ・小松菜・カレー粉 ・かぼちゃ・もやし・油揚げ・ネギ	ぎゅうにゅう せんべい

※都合により献立や材料は変更になる場合があります。☆印は手作りおやつです。