

# 1月の献立表

2024年 黒木保育園

曜日	献立名	主な材料	おやつ
1(月)	がんとん		
2(火)	ねんしきゅうか		
3(水)	ねんしきゅうか		
4(木)	パン・ぎゅうにゅう・ふる一つゼリー	・パン・牛乳・ゼリー	むぎちゃ えびせん
5(金)	むぎごはん・いりこのたづくり・ぞうに まつかぜやき・こうはくなます・みかん	・いりこ・ごま・鶏肉・里芋・野菜昆布・人参・えのき・しめじ・ほうれん草 ・鶏ひき肉・豆腐・ネギ・卵・大根・コーン・わかめ・ミックス粉・チーズ	ぎゅうにゅう ☆にんじんまふいん
6(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・もやし・ねぎ・かまぼこ・ちくわ ・スマイルポテト・青のり	さっぽろぼてと
8(月)	せいじんのひ		
9(火)	むぎごはん・とうふとつなのぼっとなあげ ふる一つさらだ・こんそめすーぷ	・ツナ缶・豆腐・人参・ひじき・玉ねぎ・枝豆・卵・小麦粉・キャベツ ・ブロッコリー・コーン・大根・フルーツ缶・えのき・しめじ・バナナ	ぎゅうにゅう ☆ばななコーンふれく
10(水)	《クッキング・おでん作り》 おでん・おにぎり・ゆでぶろっこりー・りんご・からあげ	・卵・こんにやく・ちくわ・大根・ブロッコリー・鶏肉・りんご・厚揚げ	ぎゅうにゅう ☆ちぢみ
11(木)	むぎごはん・さばのしおやき ぴーにんきんぴら・ふのみそしる・きうい	・さば・青のり・ピーマン・人参・こんにやく・ごぼう・油揚げ・ちりめん ・ふ・もやし・ねぎ・わかめ	ぎゅうにゅう うえは一す
12(金)	ろーるぱん・まかろにぐらたん ぶろっこりー・にくだんごすーぷ・みかん	・鶏肉・マカロニ・人参・えのき・玉ねぎ・しめじ・小麦粉・牛乳・チーズ ・ブロッコリー・鶏ひき肉・もやし・ねぎ・キャベツ・春雨・ちりめん	むぎちゃ ☆やきおにぎり
13(土)	わかめうどん・すていっくちーず・ばなな	・鶏肉・うどん麺・人参・えのき・玉ねぎ・油揚げ・わかめ・ねぎ ・かまぼこ・ちくわ・チーズ	おととと
15(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・たけのこ・ねぎ・生姜・片栗粉・春雨・キャベツ ・小松菜・ソーセージ・コーン・ワカメ・卵・もやし・ピース	ぎゅうにゅう すていっくぱん
16(火)	むぎごはん・ぼてところっけ きゃべつのさらだ・とうふのすまししる・きうい	・合挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・卵・小麦粉・パン粉・キャベツ・ワカメ ・豆腐・もやし・ねぎ・ミックス粉・牛乳・チーズ	ぎゅうにゅう ☆ほっとけーき
17(水)	わかめごはん・ごもくまめに だんごしる・みかん	・わかめの素・ごま・鶏肉・じゃが芋・大豆水煮・人参・玉ねぎ・こんにやく ・ごぼう・厚揚げ・ピース・小麦粉・団子粉・もやし・大根・油揚げ・ねぎ	ぎゅうにゅう ☆おこのみやき
18(木)	むぎごはん・あかうおのほいるやき ごぼうのさらだ・たまねぎのみそしる・りんご	・赤魚・人参・ほうれん草・卵・ごぼう・キャベツ・ワカメ・大根・コーン ・玉ねぎ・油揚げ・もやし・ねぎ	ぎゅうにゅう まりーびすけつと
19(金)	しょくぱん・じゃむ・すばにしゅおむれつ ぐだくさんすーぷ・きうい	・卵・ベーコン・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・じゃが芋・枝豆・チーズ ・大根・もやし・ねぎ・豆腐・油揚げ・ワカメ・塩昆布	むぎちゃ ☆しおこんぶごはん
20(土)	すーぷすばげてい・じゃがかれーいため・ばなな	・ベーコン・スパ麺・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・コーン・ねぎ ・じゃが芋・キャベツ・ブロッコリー・バナナ	べじたべる
22(月)	まめまめきーまかれー・ぶろっこりーさらだ ふる一つよーぐると	・合挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・大豆水煮・えのき・しめじ・にんにく ・小麦粉・ブロッコリー・キャベツ・大根・ワカメ・ヨーグルト・バナナ	ぎゅうにゅう とうにゅうどーなつ
23(火)	むぎごはん・とうふのあげだんご・りんご ほうれんそうのおひたし・じゃがいものみそしる	・鶏ひき肉・豆腐・長芋・ひじき・人参・ごま・枝豆・片栗粉・ほうれん草 ・キャベツ・大根・かつお節・ちりめん・じゃが芋・玉ねぎ・油揚げ・ねぎ	ぎゅうにゅう ☆なつとうびざ
24(水)	むぎごはん・あつあげのみそいため ういんなー・かきたまごじる・きうい	・豚肉・人参・玉ねぎ・もやし・ねぎ・キャベツ・厚揚げ・小松菜・卵 ・ウインナー・えのき・しめじ・わかめ・ロールパン・きな粉	ぎゅうにゅう ☆あげぱん
25(木)	あいじょうべんとうのひ		ぎゅうにゅう せんべい
26(金)	たまごさんど・ひじきさらだ やさいすーぷ・みかん	・卵・ブロッコリー・ひじき・人参・キャベツ・大根・ツナ缶・小松菜 ・玉ねぎ・もやし・えのき・しめじ・ねぎ・梅ひじき素	むぎちゃ ☆うめひじきごはん
27(土)	にくうどん・あげぼてとさらだ・ばなな	・豚肉・うどん麺・人参・玉ねぎ・わかめ・ねぎ・じゃが芋・キャベツ ・ソーセージ・コーン	おにぎりせんべい
29(月)	おやこどん・ほうれんそうごまあえ とうふのみそしる・みかん	・鶏肉・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・ねぎ・卵・ほうれん草・もやし ・キャベツ・ちくわ・ごま・豆腐・油揚げ・わかめ・味噌	ぎゅうにゅう は一べすと
30(火)	むぎごはん・みーとぼーる ぶろっこりーさらだ・こんさいぼとふ・りんご	・合挽肉・玉ねぎ・人参・卵・パン粉・トマト缶・ブロッコリー・キャベツ ・じゃが芋・大根・ベーコン・えのき・しめじ・ピース・ちりめん	ぎゅうにゅう ☆じゃこまよと一すと
31(水)	なすのみーとすばげてい・きりぼしさらだ もやしすーぷ・きうい	・合挽肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・えのき・しめじ・なす・トマト缶 ・スパ麺・切り干し大根・キャベツ・ブロッコリー・もやし・卵・きな粉	むぎちゃ ☆きなこおはぎ

※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。