

1 2 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(金)	しょくぱん・じゃむ・たんどりーちきん ひじきのサラダ・びーふんすーぷ・みかん	・鶏肉・ヨーグルト・玉ねぎ・カレー粉・ひじき・キャベツ・ブロッコリー ・人参・ちくわ・ビーフン・ベーコン・もやし・ねぎ・ちりめん	むぎちゃ ☆やきおにぎり
2(土)	ごぼうかきあげうどん・すていっくちーず・ばなな	・うどん麺・ごぼう・卵・小麦粉・片栗粉・人参・玉ねぎ・かまぼこ ・ちくわ・ネギ・チーズ・バナナ	えびせん
4(月)	なっとうごはん・はるさめサラダ にくだんごすーぷ・みかん	・豚挽き肉・ひきわり納豆・人参・ネギ・春雨・キャベツ・ブロッコリー ・卵・鶏ひき肉・玉ねぎ・もやし・ネギ・ワカメ	ぎゅうにゅう うえはーす
5(火)	むぎごはん・ぼてところっけ きゃべつのサラダ・とうふのすましじる・りんご	・合いびき肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・卵・小麦粉・パン粉・キャベツ ・わかめ・豆腐・もやし・ネギ・油揚げ・コーンフレーク・バナナ	ぎゅうにゅう ☆ばななこーんふれーく
6(水)	むぎごはん・だいずのいそべに てづくりふりかけ・わかめのみそしる・きうい	・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・大豆水煮・ひじき・ちくわ・ピース ・小松菜・ゆかり・ごま・わかめ・もやし・ネギ・油揚げ・納豆・餃子の皮	ぎゅうにゅう ☆なっとうびざ
7(木)	むぎごはん・さばのかれーやき やさしいため・はるさめすーぷ・みかん	・さば・カレー粉・人参・玉ねぎ・キャベツ・豚肉・小松菜・春雨・えのき ・しめじ・もやし・ネギ・わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
8(金)	ろーるぱん・なすのみーとすばげてい ころころすーぷ・りんご	・合挽肉・玉ねぎ・人参・えのき・しめじ・なす・スパ麺・トマト缶 ・じゃが芋・キャベツ・ベーコン・ピース・小麦粉・長芋・コーン・卵	むぎちゃ ☆おこのみやき
9(土)	はっぴようかい	・パン・りんごジュース	おかし
11(月)	びびんばふうごはん・だいこんのこんぶあえ こまつなみそしる・みかん	・豚肉・たけのこ・人参・もやし・ほうれん草・ごま・卵・大根・キャベツ ・塩昆布・ブロッコリー・小松菜・豆腐・油揚げ・わかめ・ネギ	ぎゅうにゅう すていっくぱん
12(火)	むぎごはん・あかうおのとろとろに だいこんのサラダ・とうふのみそしる・きうい	・赤魚・片栗粉・生姜・大根・キャベツ・わかめ・ソーセージ・コーン ・人参・豆腐・油揚げ・玉ねぎ・もやし・ねぎ・ミックス粉・	ぎゅうにゅう ☆にんじんほっとけーき
13(水)	あいじょうべんとうのひ		ぎゅうにゅう ☆せんべい
14(木)	むぎごはん・さけのちゃんちゃんやき ひじきのにもの・ふのすましじる・みかん	・鮭・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・しめじ・ねぎ・ひじき・油揚げ ・こんにゃく・ごぼう・小松菜・ふ・わかめ	ぎゅうにゅう まりーびすけっと
15(金)	(10・11・12がつうまれたんじょうかい) ほっとどっく・どれっしんぐサラダ・なげっと・ぼてと・すーぷ	・パン・ウインナー・キャベツ・人参・ブロッコリー・大根・コーン・ツナ缶 ・ナゲット・ポテト・わかめ・もやし・りんご・	ぎゅうにゅう でざーと
16(土)	ちゃんぽん・さつまいものあまに・ばなな	・豚肉・中華麺・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし・かまぼこ・ちくわ ・ねぎ・さつま芋・刻み昆布・バナナ	ぼてこ
18(月)	こうやとうふのそぼろごはん・ぶろっこりーサラダ はくさいのみそしる・りんご	・鶏ひき肉・高野豆腐・椎茸・人参・卵・枝豆・ブロッコリー・キャベツ ・大根・白菜・油揚げ・わかめ・ねぎ	ぎゅうにゅう かたやきどーなつ
19(火)	むぎごはん・とりにくのあまからあげ まかろにサラダ・こんそめすーぷ・みかん	・鶏肉・マカロニ・人参・キャベツ・ブロッコリー・コーン・ソーセージ ・玉ねぎ・わかめ・ねぎ・もやし・さつま芋	ぎゅうにゅう ☆ふかしいも
20(水)	むぎごはん・ちくぜんに いりこのたずくり・だんごじる・きうい	・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・厚揚げ・こんにゃく・ごぼう・ピース ・いりこ・いりごま・小麦粉・団子粉・もやし・大根・油揚げ・ねぎ	☆ぷりん
21(木)	むぎごはん・さばのてりやき あげだいずサラダ・にゅうめん・りんご	・さば・生姜・大豆水煮・キャベツ・ブロッコリー・人参・コーン・そうめん ・玉ねぎ・わかめ・ネギ	ぎゅうにゅう せんべい
22(金)	(もちつき・とうじ) しょくぱん・じゃむ かぼちゃぐらたん・きゃべつすーぷ・みかん	・鶏肉・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・マカロニ・ブロッコリー・しめじ・チーズ ・小麦粉・牛乳・キャベツ・ベーコン・ピース・豚肉・こんにゃく・ごぼう	むぎちゃ ☆ごもくおこわ
23(土)	にくうどん・じゃがいものかれーいため・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 ・枝豆・バナナ	さっぼろぼてと
25(月)	きーまかれー・ぶろっこりーサラダ ふるーつよーぐると	・合挽肉・玉ねぎ・人参・えのき・しめじ・なす・ピース・小麦粉・にんにく ・ブロッコリー・キャベツ・卵・ヨーグルト・バナナ・フルーツ缶	ぎゅうにゅう ばーむくーへん
26(火)	むぎごはん・だいずとういんなーのかきあげ きゃべつのあえもの・けんちんじる・りんご	・大豆水煮・ウインナー・玉ねぎ・しめじ・枝豆・卵・小麦粉・片栗粉 ・キャベツ・人参・ごま・じゃが芋・もやし・ねぎ・えのき・きな粉	ぎゅうにゅう ☆あげぱん
27(水)	おでんづくり・おにぎり・みかん	・鶏肉・じゃが芋・人参・大根・こんにゃく・卵・天ぷら・かまぼこ・ちくわ ・ゆかり・ミックス粉・牛乳・チーズ	ぎゅうにゅう ☆まふいん
28(木)	むぎごはん・つなじゃがのまよやき ゆかりあえ・やさいのみそしる・きうい	・ツナ缶・じゃが芋・人参・枝豆・卵・キャベツ・ブロッコリー・わかめ ・ちくわ・玉ねぎ・もやし・ねぎ・えのき・しめじ	ぎゅうにゅう くっきー
29(金)	ねんまつきゅうか		
30(土)	ねんまつきゅうか		
31(日)	ねんまつきゅうか		

※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。