



1月の献立



平成30年
イトンちどり保育園

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1		2		3		4	クラッカー	5	フルーチェ	6	ウエハース
昼食							五目汁 白菜サラダ ひじきのふりかけ みかん		親子煮 水菜とちりめんの和え物 すまし汁 キウイフルーツ		ぎつねうどん オレンジ	
午後							牛乳 プレーンドーナツ		牛乳 七草粥		牛乳 ワッフル	
午前	8		9	みかん	10	するめ ブルー	11	バナナ	12	オレンジゼリー	13	コーンフレーク
昼食	成人の日		鶏肉のカレー醤油焼き カリフラワーのごま塩サラダ 味付けのり みそ汁		赤飯 ぶりの照り焼き 七福なます すまし汁 甘夏缶		マーボー丼 グリーンポテト ナムル わかめスープ		肉じゃが 水菜のしらす和え みそ汁 りんご		チキンカレーシチュー バナナ	
午後			牛乳 肉まん		牛乳 手作りプリン		牛乳 さつまいものきんとん		牛乳 カルシュウム天ぷら		牛乳 ミニクロワッサン	
午前	15	ヨーグルト	16	ふかし芋	17	りんご	18	チーズ 小魚	19	バナナ	20	ウエハース
昼食	鯖の竜田揚げ 青菜と切干大根のサラダ のっぺい汁 キウイフルーツ		香味煮 キャベツ甘酢味 刻み昆布のじゃこ煮 みかん		鶏肉のみそ焼 マカロニサラダ コンソメスープ トマト		五目煮 青菜のおひたし 納豆 いよかん		ロールパン 冬野菜のクリームシチュー ブロッコリーの塩ゆで ポイルウインナー		和風スバゲティ オレンジ	
午後	牛乳 アーモンドクッキー		牛乳 ピザトースト		牛乳 ぜんざい		牛乳 ピーチゼリー		牛乳 じゃこおにぎり		牛乳 かすてら	
午前	22	コーンフレーク	23	チーズ 小魚	24	キウイフルーツ	25	フルーチェ	26	オレンジ	27	クラッカー
昼食	さけの塩焼き 五色炒め かぶのみそ汁 バナナ		関東煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁 パイン缶		豚肉と厚揚げの中華炒め 蒸しかぼちゃ ししゃものフライ すまし汁		ビーフハヤシシチュー フレンチサラダ ゆで卵 りんご		豆腐のハンバーグのきのこソース はるさめサラダ 粉ふきいも かき玉汁		シュガーサンド ポトフ キウイフルーツ	
午後	牛乳 レーズン蒸しパン		牛乳 りんごゼリー		牛乳 牛乳もち		牛乳 手作りポーロ		牛乳 中華そば		牛乳 ブチケーキ	
午前	29	ブルー するめ	30	りんご	31	ぶどうゼリー						
昼食	あじの南蛮漬け かぶの梅肉あえ みそ汁 オレンジ		ベーコンとポテトのグラタン ブロッコリーのゆかり和え 手作りふりかけ 野菜スープ		切干し大根のごはん 七草入りごま和え さつまい バナナ							
午後	牛乳 塩焼きそば		牛乳 パウンドケーキ		牛乳 ベジータークラッカー							