



すばる保育園 1月の献立表



	月 5	火 6	水 7	木 8	金 9 《世界の料理》	土 10
朝食	新春そぼろ寿司 高野豆腐と昆布の煮物 フルーツ 花麩のすまし汁	わかめごはん サケのムニエル ワインナービーンズ たまごスープ	ごはん 麻婆豆腐 ミニポテト 中華スープ	ごはん 鶏肉のごまだれ焼 プロッコリーともやしのおかか和え フルーツ 味噌汁	ごはん ブルコギ【韓国】 さつま芋のバター醤油煮 一口ゼリー たまごスープ	チキンピラフ ちくわと野菜のサラダ フルーツ スープ
3時	牛乳 バームクーヘン	牛乳 フルーツポンチ	牛乳 ハッピーターン エースコイン	牛乳 豆腐ドーナツ（シュガー）	牛乳 クラッカーの餡サンド	牛乳 ソフトサラダ ビスケット（アスパラガスビスケット）
朝食	13 	13	14	15	16	17
3時		ごはん コロッケ 卵とチンゲン菜のソテー ¹ フルーツ 味噌汁	豆腐のふわふわ丼 きんぴらごぼう フルーツ 味噌汁	チキンカレー プロッコリーサラダ フルーツ	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ひじきと厚揚げの煮物 味噌汁	スパゲティミートソース キャベツサラダ フルーツ スープ
19	20	21	22 《お楽しみメニュー》	23	24	
朝食	ごはん 白身魚のフライ ワインナーとプロッコリーのソテー ¹ フルーツ かき玉味噌汁	塩ラーメン シューマイ フルーツ	ごはん サバの塩焼 切干大根と大豆の煮物 フルーツ 味噌汁	ツナとコーンのピラフ 鶏肉の塩唐揚げ ポテトサラダ 一口ゼリー スープ	ゆかりごはん 豚肉の甘辛煮 ほうれん草と白菜の和え物 かき玉味噌汁	ワインナーのケチャップライス しらすとプロッコリーのサラダ フルーツ スープ
3時	牛乳 せんべい ウエハース	お茶 おかかおにぎり	牛乳 黒棒 ハッピーターン	牛乳 お誕生日フルーツサンド	牛乳 いちごのフルーチェ	牛乳 クラッカー アンパンマンのソフトせん
26	27	28	29 《郷土料理》	30	31	
朝食	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼 がんもの煮物 フルーツ 味噌汁	ごはん 赤魚の甘辛焼 ほうれん草ともやしの塩昆布和え フルーツ 味噌汁	ロールパン 鶏肉とさつま芋のシチュー キャベツのサラダ フルーツ	かつめし【兵庫】 ひじきサラダ フルーツ 味噌汁	わかめごはん 鶏じゃが 白菜と小松菜のごま和え 味噌汁	焼うどん 平天ともやしの煮浸し フルーツ スープ
3時		牛乳 お麩のシュガースナック	牛乳 やわらかおかき 満月ぽん	お茶 昆布おにぎり	牛乳 いちごジャムケーキ	牛乳 ソフトサラダ エースコイン

*3歳以上児の献立

*天候不順により商品入荷困難な場合は表示内容と異なりますが、ご了承下さいますようお願い致します。

