



# 聖マーガレット幼稚園 1月 献立表



ひにち	こんだて	ざいりょう		
10	水	さばのしおやき ブロッコリーときりほしだいこんのおかかあえ みそしる	鯖 ブロッコリー 切干大根 人参 かつお節 醤油 季節の野菜 味噌	
	11	木	なめし とうふでんがく やさいたっぷりボンずあえ すいもの	大根葉 豆腐 味噌 キャベツ 青菜 人参 もやし えのき ボン酢 季節の野菜 醤油
		12	金	カレーライス コールスローサラダ くだもの
15			月	のりしおからあげ がんもとこんさいのもの みそしる
	16	火	さわらのみそマヨやき あおなのナムル すいもの	さわら 味噌 マヨドレ みりん 青菜 人参 切干大根 もやし にんにく 酢 ごま油 しょうゆ 季節の野菜 醤油
		17	水	にこみハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ
18	木		<b>たんじょうびかい</b>	
19	金		ごもくごはん ちくわのにくづめ あおなのおひたし みそしる	鶏肉 油揚げ 人参 ひじき こんにゃく 醤油 竹輪 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 片栗粉 青菜 人参 もやし 切干大根 醤油 季節の野菜 味噌
	22	月	さけのゆうあんやき ごもくきんぴら みそしる	鮭 醤油 みりん 酒 鶏肉 こぼろ 人参 こんにゃく いんげん ごま油 醤油 みりん 季節の野菜 味噌

ひにち	こんだて	ざいりょう		
23	火	チキンのトマトに だいこんとツナのサラダ みそしる	鶏肉 ひよこ豆 じゃが芋 人参 しめじ ホールトマト にんにく 片栗粉 ケチャップ コンソメ ツナ 大根 人参 マヨドレ 季節の野菜 味噌	
	24	水	まぐろのたつたあげ かぼちゃとひじきののもの みそしる	まぐろ にんにく 生姜 酒 醤油 片栗粉 竹輪 油揚げ かぼちゃ ひじき 玉ねぎ いんげん 醤油 みりん 季節の野菜 味噌
25		木	ビビンバどん じゃがいものおかかに わかめスープ	豚肉 大豆ミート 青菜 人参 豆もやし ごま油 にんにく 生姜 醤油 みりん 竹輪 じゃが芋 かつお節 醤油 みりん わかめ えのき 玉ねぎ 醤油 中華だし
	26	金	ひじきいりハンバーグ きゃべつのゆかりあえ みそしる	豚肉 鶏肉 大豆ミート 玉ねぎ 人参 ひじき 枝豆 コーン にんにく 生姜 片栗粉 醤油 キャベツ もやし ゆかり 季節の野菜 味噌
29		月	わかめごはん ささみのみそマヨやき ツナとだいこんのもの すいもの	わかめ ささみ 味噌 マヨドレ ツナ 大根 人参 いんげん こんにゃく 醤油 みりん 季節の野菜 醤油
	30	火	あかうおのみそこうじやき やさいたっぷりうのはな すいもの	赤魚 味噌麹 鶏肉 おから 人参 ねぎ 青菜 糸こんにゃく 椎茸 醤油 みりん 季節の野菜 醤油
		31	水	ハヤシライス キャベツとりんごのサラダ ぶどうかんでん

このマークの日は スプーンを持参して下さい。  
 ☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。  
 ※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。  
 ご了承いただくと幸いです。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。  
 ※味噌汁の具材には豆腐、油揚げ、ワカメ、野菜以外は使用致しません

