







ラモーナ幼稚園

1月 献立表



ひにち	こんだて	ざいりょう
10 水	てりやきチキン	鶏肉
	ブロッコリーともやしのおかかあえ	ブロッコリー 人参 もやし コーン かつお節
12 金 	ビビンバどん	豚肉 大豆ミート 青菜 人参 豆もやし ごま油
	かぼちゃのにつけ	かぼちゃ
	わかめスープ	わかめ えのき 玉ねぎ
15 月	のりしおからあげ	鶏肉 青のり
	がんもとこんさいのもの	がんも 大根 人参 いんげん こんにゃく
	みそしる	季節の野菜
16 火	さわらのごまマヨやき	さわら ごま マヨドレ
	あおなのナムル	青菜 人参 切干大根 もやし 酢 にんにく ごま油
17 水	にこみハンバーグ	豚肉 大豆ミート 人参 玉ねぎ しめじ ホールトマト
	ポテトサラダ	じゃが芋 人参 ブロッコリー コーン マヨドレ
19 金	ごもくごはん	鶏肉 油揚げ 人参 ひじき こんにゃく
	ちくわのにくづめ	竹輪 豚肉 鶏肉 玉ねぎ
	あおなのおひたし	青菜 人参 もやし 切干大根
22 月	さばのしおやき	鯖
	ごもくきんぴら	鶏肉 ごぼう 人参 こんにゃく いんげん ごま油

ひにち	こんだて	ざいりょう
23 火 	チキンのトマトに	鶏肉 ひよこ豆 じゃがいも 人参 しめじ ホールトマト
	だいこんとツナのサラダ	ツナ 大根 人参 マヨドレ
24 水	まぐろのたつたあげ	まぐろ
	かぼちゃとひじきのにも	竹輪 油揚げ かぼちゃ ひじき 玉ねぎ いんげん
26 金	ひじきいりハンバーグ	豚肉 鶏肉 大豆ミート 玉ねぎ 人参 ひじき 枝豆 コーン
	キャベツのゆかりあえ	キャベツ もやし ゆかり
	みそしる	季節の野菜
29 月	わかめごはん	わかめ
	ささみのみそマヨやき	鶏肉 マヨドレ
	ツナとだいこんのもの	ツナ 大根 人参 いんげん こんにゃく
30 火	あかうおのみそこうじやき	赤魚 味噌麹
	やさいたっぷりうのはな	鶏肉 おから 人参 ねぎ 青菜 糸こんにゃく 椎茸
31 水 	ハヤシライス	豚肉 玉ねぎ 人参 ホールトマト トマトジュース ハヤシルー
	こぶきいも	じゃが芋 青のり
	みかん	みかん

 このマークの日はスプーンを持参してください。

☆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。

