



サンタマリア幼稚園

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 ブロッコリーともやしのおかかあえ	鶏肉 ブロッコリー 人参 もやし コーン かつお節	
	11	木	なめし とうふでんがく やさいたっぷりごまあえ	大根葉 豆腐 キャベツ 青菜 人参 もやし えのき ごま
12		金	おもちつき	
		おにぎり(ゆかり・わかめ)	胚芽米 ゆかり わかめ のり	
	とりのからあげ	鶏肉		
	みかん	みかん		
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	鶏肉 青のり がんも 大根 人参 いんげん こんにゃく 季節の野菜	
	16	火	さわらのごまマヨやき あおなのナムル	さわら ごま マヨドレ 青菜 人参 切干大根 もやし にんにく 酢 ごま油
		17	水	にこみハンバーグ ポテトサラダ
18	木	さけのゆうあんやき とりにくとあつあげのみそに	鮭 鶏肉 厚揚げ 大根 人参 ごぼう こんにゃく	
	19	金	ごもくごはん ちくわのにくづめ あおなのおひたし	鶏肉 油揚げ 人参 ひじき こんにゃく 竹輪 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 青菜 人参 もやし 切干大根

ひにち	こんだて	ざいりょう		
22	月	さんしょくどん ごもくきんぴら	青菜 コーン 大豆そぼろ 鶏肉 ごぼう 人参 こんにゃく いんげん ごま油	
	23	火	チキンのトマトに だいこんとツナのサラダ	鶏肉 ひよこ豆 じゃがいも 人参 しめじ ホールトマト ツナ 大根 人参 マヨドレ
24		水	まぐろのたつたあげ かぼちゃとひじきのにも みそしる	まぐろ 竹輪 油揚げ かぼちゃ ひじき 玉ねぎ いんげん 季節の野菜
	25	木	カレーライス コールスローサラダ	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 カレールー キャベツ 人参 ブロッコリー コーン マヨドレ
26		金	ひじきいりハンバーグ キャベツのゆかりあえ	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 もやし ゆかり
	29	月	ハヤシライス フライドポテト	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 じゃがいも
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 季節の野菜
	31	水	おりょうりのひ	
		ごはん りんごかんでん	ごはん リンゴジュース イナアガー	

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。ご了承いただけると幸いです

※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。

