



一宮聖光幼稚園

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 みそしる	鶏肉 ブロッコリー 人参 もやし コーン かつお節 季節の野菜	
	11	木	なめし とうふでんがく やさいたっぷりごまあえ すいもの	大根葉 豆腐 キャベツ 青菜 人参 もやし えのき ごま 季節の野菜
		12	金	おもちつき
			あんこもち・きなこもち・しょうゆもち	もち あんこ きなこ
	とんじる つけもの・みかん		豚肉 豆腐 大根 人参 玉ねぎ ねぎ 漬物 みかん	
15	月	のりしおからあげ がんもとこんさいのにも 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 すいもの
17	水	にこみハンバーグ ポテトサラダ みそしる	豚肉 大豆ミート 人参 玉ねぎ しめじ ホールトマト じゃが芋 人参 ブロッコリー コーン マヨドレ 季節の野菜	
		18	木	さけのにつけ とりにくとあつあげのみそに すいもの
19	金		お弁当の日	

※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。

ひにち	こんだて	ざいりょう			
22	月	さばのしおやき ごもくきんぴら みそしる	鯖 鶏肉 ごぼう 人参 こんにゃく いんげん ごま油 季節の野菜		
		23	火	チキンのトマトに こふきいも みそしる	鶏肉 ひよこ豆 じゃがいも 人参 しめじ ホールトマト じゃが芋 青のり 季節の野菜
			24	水	ハヤシライス コールスローサラダ りんごかんてん
25	木	カレーライス だいこんとツナのサラダ みかん	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 カレールー ツナ 大根 人参 マヨドレ みかん		
26	金	ひじきいりハンバーグ キャベツのゆかりあえ 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 キャベツ もやし ゆかり 季節の野菜		
		29	月	わかめごはん ささみのみそマヨやき ツナとだいこんのにも すいもの	わかめ 鶏肉 マヨドレ ツナ 大根 人参 いんげん こんにゃく 季節の野菜
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

☆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。ご了承ください。

