



1月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	水	お休み	お休み
2	木	お休み	お休み
3	金	お休み	お休み
4	土	鶏のから揚げ甘酢かけ、にらと舞茸の卵とし さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯	デミカツ丼、ネギ入り玉子焼き 水菜と揚げの和風サラダ、味噌汁
5	日	トンテキ、マカロニサラダ きのこのオムレツ、ご飯、味噌汁	野菜コロッケ、コーンエッグ 蒸し鶏サラダ、味噌汁、ご飯
6	月	デミハンバーグ、ナポリタンスパゲッティ きゅうりとコーンのサラダ、味噌汁、ご飯	焼き塩鮭、小松菜と卵の炒め物、大根と平天の煮物、 味噌汁、ご飯
7	火	鶏天、きゅうりともやしのゴマドレサラダ 五目ひじき、味噌汁、ご飯	エビシュウマイ、焼きうどん、 ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯
8	水	ポークチャップ、タラコとしめじのマヨパスタ じゃがいもとブロッコリーの温サラダ、コンソメスープ、ご飯	五目ちらし寿し、さつま芋の天ぷら、 小松菜とあげの梅肉和え、すまし汁、
9	木	白身魚のフライ、肉豆腐、 白菜の塩こぶ和え、味噌汁、白米もみのりかけ	エビ天オーロラソース、じゃがバター キャベツとピーマンのウスターソース炒め、味噌汁、ご飯
10	金	エビフライタルタルソース、チーズオムレツ グリーンサラダ、ご飯、ベーコンと野菜のスープ	若鶏の唐揚げ、五目炒り卵、 もやしときゅうりのナムル、味噌汁、ご飯
11	土	クリームコロッケ、コーンとウィンナーのジャーマンポテト トマトとレタスのイタリアンサラダ、味噌汁、ご飯	おでん、カニカマときゅうりの酢の物、 五目炊き込みご飯、味噌汁
12	日	焼肉丼、キャベツとちくわのゆかり和え、かぼちゃの甘煮 卵とにらの中華スープ	ポークカツレツ、ブロッコリーと茹で卵のマヨサラダ ペンのミートソース、コンソメスープ、ご飯
13	月	海老マカロニグラタン、アスパラとレタスのサラダ ミートボール、ご飯、コンソメスープ	ブリの照り焼き、山芋と平天の煮物、 きゅうりのなめたけ和え、味噌汁、ご飯
14	火	オムライス、ウィンナーと野菜のポトフ、 ナゲット、フルーツヨーグルト	メンチカツ、マーボー春雨 ミモザサラダ、味噌汁
15	水	ビーフカレー、コールスローサラダ、福神漬け フランクフルト、コンソメスープ	豚肉の竜田揚げ、揚げだし豆腐 小松菜のお浸し、味噌汁、ご飯
16	木	八宝菜、焼きギョウザ、かに玉、 味噌汁、ご飯	鳥のつくね、たらこスパゲッティ、 コーンとレタスのサラダ、味噌汁、ご飯
17	金	和風おろしハンバーグ、ほうれん草のゴマ和え 里芋のおかか煮、ご飯、味噌汁	さばの塩焼き、根菜とちくわの煮物、だし巻き卵、 ゆかりご飯、味噌汁
18	土	ミートスパゲッティ、フライドポテト シーザーサラダ、スティックパン、オレンジジュース	豚の生姜焼き、中華炒り玉子 シーフードサラダ、ご飯、味噌汁
19	日	海鮮かき揚げ丼、ミニきつねうどん、きゅうりの浅づけ	回鍋肉、高野豆腐の玉子とし、 ワカメとえのきの甘酢和え、味噌汁、ご飯
20	月	鶏肉と野菜のトマト煮、ミートコロッケ、 カニカマとブロッコリーのサラダ、味噌汁、ご飯	ドライカレー、ささ身のバターソテー、 アスパラサラダ、味噌汁
21	火	五目焼きそば、ちくわの磯部揚げ、粉ふきさつま芋 のり玉ご飯、味噌汁	牛肉と玉ねぎの甘辛炒め、玉子豆腐 春雨サラダ、味噌汁、ご飯
22	水	酢豚、納豆オムレツ、大根とあげのうま煮 ご飯、味噌汁	すき焼き、かぼちゃの天ぷら、きゅうりの梅肉和え 味噌汁、ご飯
23	木	味付き豚の天ぷら、揚げと野菜のにゅうめん ワカメとキュウリのサラダ、しめじご飯	アジフライ、れんこんとこんにゃくのきんぴら、 和風きのこスパゲッティ、味噌汁、ご飯
24	金	豚肉とチンゲン菜の中華炒め、春巻き、 かぼちゃのマッシュサラダ、玉子スープ、ご飯	照り焼きチキン、カレービーフン、きゅうりのおかか和え 味噌汁、ご飯
25	土	ハヤシライス、ポテ玉サラダ、福神漬け 野菜スープ、パイナップル	鶏じゃが、ほうれん草のお浸し、豆腐チャンプルー 中華スープ、ご飯
26	日	若鶏のバター醤油ソテー、カニカマときゅうりのマヨ和え ひじきと大豆の煮物、味噌汁、ご飯	おでん、焼きししゃも、たらこジャガイモのサラダ 味噌汁、のり玉ご飯
27	月	中華肉団子、きんぴらごぼう、 厚揚げといんげんの甘辛いいため、味噌汁、ご飯	海老ピラフ、肉じゃがコロッケ、 イタリアンサラダ、オニオンスープ
28	火	ポークピカタ、コーンバターエッグ、 エリンギと小松菜のソテー、味噌汁、ご飯	野菜たっぷり中華そば、ミニチャーハン、揚げシュウマイ
29	水	チキン南蛮、マーボー豆腐、ニらともやしのポン酢炒め ご飯、味噌汁	豚野菜炒め、たけのこの土佐煮、 ネギ入り玉子焼き、味噌汁、ご飯
30	木	親子丼、ししゃものフライ、白菜の浅漬け、味噌汁	エビかつ、ミートオムレツ ほうれん草ときこのバターソテー、味噌汁、ご飯
31	金	お好み焼き、小松菜とちりめんのお浸し 味噌汁、鮭わかめご飯、みかん	牛肉のガーリック醤油焼き、はんぺんと大根の煮物 ゆで卵のサラダ、味噌汁、ご飯