



2020年1月 朝食・夕食予定献立表



瑞江わんぱく保育園

| 日 | 曜日 | 朝食 | 材料 | 夕食 | 材料 |
|----|----|--|---|--|---|
| 3 | 金 | / | | ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ フルーツ | 米 大根・麩 鶏肉・いんげん・玉葱 マカロニ・胡瓜・コーン・マヨドレ フルーツ |
| 4 | 土 | パン チャウダー 具沢山オムレツ ジョア | 食パン・ジャム ウインナー・カリフラワー・玉葱・人参・バター・小麦粉・牛乳・ドライパセリ 玉葱・人参・グリーンピース・卵・ケチャップ・ブロッコリー ジョア | / | |
| 10 | 金 | / | | ごはん 味噌汁 さけの生姜風味焼き ごぼうサラダ フルーツ | 米 麩・ほうれん草 さけ・生姜・トマト ごぼう・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ |
| 11 | 土 | ごはん 味噌汁 ウインナーと野菜のソテー さつまいもサラダ 牛乳 | 米 大根・しめじ ウインナー・キャベツ・玉葱・人参 さつまいも・玉葱・胡瓜・人参・ヨーグルト 牛乳 | / | |
| 17 | 金 | / | | ごはん 味噌汁 さけのバター醤油焼き シルバーサラダ フルーツ | 米 玉葱・油揚げ さけ・レモン果汁・バター・青梗菜・しめじ 春雨・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ |
| 18 | 土 | ハムチーズサンド コーンポタージュ 洋風たまご焼き ジョア | 食パン・バター・マヨドレ・胡瓜・ハム・チーズ 玉葱・牛乳・クリームコーン缶・コーン・コーンスターチ・ドライパセリ 卵・牛乳・玉葱・グリーンピース・人参・ケチャップ・ブロッコリー ジョア | / | |
| 24 | 金 | / | | ごはん 味噌汁 鶏肉の照焼き 根菜サラダ フルーツ | 米 なす・油揚げ 鶏肉・生姜・人参 れんこん・パプリカ・胡瓜・ごま・マヨドレ フルーツ |
| 25 | 土 | ごはん 味噌汁 野菜とベーコンの炒め物 納豆 牛乳 | 米 玉葱・麩 ベーコン・ブロッコリー・玉葱・人参 納豆・青のり 牛乳 | / | |
| 31 | 金 | / | | ごはん コンソメスープ 白身魚のムニエル 菜の花ソテー フルーツ | 米 じゃが芋・玉葱 かれい・小麦粉・バター・ケチャップ・南瓜 ハム・菜の花・玉葱・コーン・しめじ フルーツ |

*材料の入荷状況や・配達・天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。
 *だし汁にはかつお節・昆布・煮干しを使用しています。
 *調味料として・醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。
 *今月のフルーツはバナナ・りんご・オレンジ・グレープフルーツ・みかんを使用する予定です。