# 2021年 1月 献立表

聖ヶ丘保育園 こども未来学舎

| | 6日(水) | 7日(木)七草の日 | 8日(金) | 9日(土) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金)小正月 | | 16日(土) | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金)誕生日会 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 23日(土) | | | | | | | | | | | |
| | 25日(月) | | | | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | | 29日(金) | 30日(土) | | | | | |
| 献立名 | ハヤシライス<br>サラダ<br>パイナップル | 七草粥<br>黒豆<br>伊達巻き<br>田作り<br>煮しめ | とりの唐揚げ<br>さっぱりサラダ<br>スープ<br>ご飯 | あんかけうどん<br>りんご | 鶏肉のマーマレード焼き<br>しらす和え<br>すまし汁<br>12日炊き込みご飯 26日白飯<br>26日はかぼちゃの煮物を添えます | 鮭のコーンマヨネーズ焼き<br>切干大根のサラダ<br>スープ<br>ご飯 | 豚肉のカレー炒め<br>ちくわの磯辺揚げ<br>味噌汁<br>ご飯 | 小豆粥<br>ぶりの照り焼き<br>柿なます<br>昆布巻<br>栗きんとん | 里芋コロッケ<br>野菜ソテー<br>スープ<br>ご飯 | 親子丼<br>味噌汁<br>オレンジ | ミートスパゲティー<br>スープ<br>バナナ | カニ玉<br>ナムル<br>つくねスープ<br>ご飯 | ぶりの照り焼き<br>ブロッコリーのごま和え<br>粕汁<br>ご飯 | 豚丼<br>味噌汁<br>みかん | チキンカツ<br>さっぱりサラダ<br>スープ<br>いちご<br>キャロットライス |
| 食品名及び分量 | 精白米 65<br>牛もも 25.17<br>にんじん 10.07<br>たまねぎ 21.03<br>じゃがいも 25.17<br>まいたけ 10.07<br>マッシュルーム水煮缶 5.59<br>豆きんとん 1.12<br>ハヤシルウ 11.19<br>トマトケチャプ 1.68<br>ウスターソース 1.68<br>なたね油 1.12<br>キャベツ 27.74<br>きゅうり 9.6<br>冷凍コーン 6.53<br>焼き竹輪 5.59<br>いりごま 1.68<br>マヨネーズ 3.36<br>砂糖 1.12<br>米酢 0.84<br>濃口しょうゆ 0.84<br>ごま油 0.56<br>パインアップル 22.15 | 精白米 24<br>だいこん 9.51<br>かぶ 5.71<br>みずな 2.85<br>食塩 0.28<br>こんぶだし 0.17<br>もち 25.5<br>大豆 2.48<br>砂糖 2<br>濃口しょうゆ 0.2<br>食塩 0.1<br>だて巻 13.2<br>田作り 1.68<br>若鶏もも 19.58<br>さといも 16.64<br>にんじん 10.57<br>れんこん 15.67<br>かつお節<br>煮出し昆布だし<br>砂糖 0.39<br>薄口しょうゆ 0.78<br>本直しみりん 0.78<br>料理酒 0.39 | 若鶏もも 60<br>おろしにんにく 0.56<br>しょうが 0.5<br>本みりん 1.68<br>濃口しょうゆ 1.68<br>料理酒 1.68<br>片栗粉 5.3<br>なたね油 12<br>ほうれんそう 12.59<br>キャベツ 16.64<br>黄ピーマン 7.05<br>ロースハム 5.59<br>米酢 1.12<br>砂糖 1.26<br>レモン果汁 0.28<br>マヨネーズ 1.68<br>食塩 0.17<br>ぶなしめじ 8.81<br>はくさい 12.27<br>切干しだいこん 2.03<br>コンソメ(洋風だし) 1.42<br>食塩 0.08<br>精白米 38.94 | ゆでうどん 56.66<br>ぶたもも 26.11<br>はくさい 32.64<br>たまねぎ 18.41<br>にんじん 13.05<br>ぶなしめじ 13.05<br>青ねぎ 5.22<br>濃口しょうゆ 4.31<br>本みりん 1.12<br>かつお・こんぶだし 1.29<br>片栗粉 0.56<br>りんご 33 | 若鶏もも 60<br>マーマレード 1.77<br>濃口しょうゆ 1.46<br>りょくとうもやし 18.99<br>にんじん 6.04<br>ブロッコリー 5.59<br>みずな 5.55<br>しらす干し 5.22<br>砂糖 0.48<br>本みりん 0.98<br>こんぶだし 0.04<br>濃口しょうゆ 1.68<br>食塩 0.04<br>ぶなしめじ 5.87<br>木綿豆腐 16.32<br>たまねぎ 12.27<br>根みつば 2.64<br>蒸しかまぼこ 5.41<br>カットわかめ 0.14<br>薄口しょうゆ 4.13<br>かつお・こんぶだし 1.31<br>精白米 38.94<br>にんじん 5.07<br>油揚げ 0.65<br>ごぼう 1.76<br>たけのこ水煮缶詰 5.22<br>乾しいたけ 0.26<br>さやえんどう 1.48<br>りしりこんぶ 0.13<br>薄口しょうゆ 2.94<br>本みりん 2.94<br>食塩 0.13 | べにざけ 60<br>マヨネーズ 5.59<br>冷凍コーン 5.59<br>パルメザンチーズ 1.68<br>パセリ 0.03<br>切干しだいこん 3.26<br>赤ピーマン 8.81<br>スイートコーン 3.36<br>冷凍えだまめ 2.8<br>ロースハム 5.59<br>マヨネーズ 3.52<br>濃口しょうゆ 0.67<br>ほうれんそう 5.87<br>じゃがいも 14.69<br>ごぼう 4.87<br>ひよこまめ 1.96<br>コンソメ(洋風だし) 1.35<br>食塩 0.08<br>精白米 38.94<br>←26日<br>かぼちゃ 29.7<br>砂糖 0.46<br>薄口しょうゆ 1.11<br>かつお・こんぶだし 0.13<br>本みりん 0.26<br>水<br>精白米 38.94 | ぶたかたロース 27.97<br>キャベツ 19.02<br>たまねぎ 15.78<br>にんじん 7.55<br>エリンギ 7.89<br>りょくとうもやし 8.14<br>青ピーマン 4.76<br>カレー粉 0.28<br>濃口しょうゆ 1.57<br>本直しみりん 1.79<br>料理酒 1.68<br>食塩 0.17<br>焼き竹輪 22.5<br>鶏卵 2.38<br>薄力粉 5.03<br>あおのり 0.17<br>水 4.48<br>なたね油 4.5<br>食塩<br>えのきたけ 7.77<br>こまつな 11.1<br>油揚げ 5.22<br>淡色辛みそ 8.12<br>かつお・こんぶだし 1.01<br>精白米 38.94 | 精白米 25.17<br>あずき 2.8<br>もち 32.64<br>食塩 0.28<br>濃口しょうゆ 1.01<br>本みりん 1.01<br>料理酒 0.84<br>ぶり 60<br>しょうが 0.22<br>濃口しょうゆ 1.4<br>本みりん 1.4<br>料理酒 1.12<br>砂糖 0.67<br>片栗粉 0.56<br>水 3.36<br>干しがき 1.03<br>だいこん 19.42<br>にんじん 4.03<br>米酢 1.01<br>砂糖 0.4<br>食塩 0.1<br>昆布巻きかまぼこ 10<br>くり甘露煮 5.59<br>さつまいも 25.45<br>砂糖 1.12 | 牛ひき肉 8.39<br>ぶたひき肉 8.39<br>さといも 21.4<br>じゃがいも 37.76<br>たまねぎ 21.03<br>鶏卵 3.57<br>生パン粉 5.59<br>薄力粉 4.48<br>食塩 0.11<br>トマトケチャプ 7.83<br>ウスターソース 1.31<br>本みりん 1.63<br>なたね油 4.6<br>はくさい 46.02<br>赤ピーマン 6.04<br>黄ピーマン 7.05<br>トウミョウ 4.48<br>かつお油漬缶詰 6.53<br>有塩バター 0.56<br>食塩 0.13<br>コンソメ(洋風だし) 0.26<br>ぶなしめじ 6.04<br>りょくとうもやし 8.14<br>切干しだいこん 0.84<br>青ねぎ 3.12<br>コンソメ(洋風だし) 1.17<br>食塩 0.11<br>精白米 38.94 | 精白米 65<br>若鶏もも 39.16<br>たまねぎ 21.03<br>鶏卵 19.02<br>根みつば 3.64<br>顆粒和風だし 0.5<br>砂糖 1.14<br>本みりん 4.53<br>濃口しょうゆ 4.53<br>料理酒 1.89<br>木綿豆腐 18.94<br>まいたけ 7.05<br>青ねぎ 3.12<br>カットわかめ 0.22<br>淡色辛みそ 7.44<br>かつお・こんぶだし 0.26<br>オレンジ 17 | マカロニ・スパゲティ 50.35<br>牛ひき肉 16.78<br>ぶたひき肉 16.78<br>たまねぎ 15.78<br>にんじん 15.1<br>マッシュルーム水煮缶 7.55<br>グリーンピース 2.8<br>トマトホール缶詰 27.97<br>トマトケチャプ 11.19<br>コンソメ(洋風だし) 1.12<br>ウスターソース 0.78<br>砂糖 1.4<br>スウィートワイン 0.56<br>オリーブ油 1.12<br>パセリ 0<br>くりかぼちゃ 18.27<br>キャベツ 17.25<br>切干しだいこん 1.35<br>コンソメ(洋風だし) 1.35<br>食塩 0.08<br>バナナ 50 | 鶏卵 42.8<br>鶏がらだし 0.17<br>食塩 0.06<br>かにかまぼこ 2.8<br>長ねぎ 2.01<br>ゆでたけのこ 5.59<br>グリンピース 1.68<br>乾しいたけ 0.45<br>濃口しょうゆ 2.01<br>米酢 1.12<br>砂糖 1.57<br>ごま油 0.28<br>片栗粉 0.56<br>水 5.59<br>りょくとうもやし 28.49<br>こまつな 9.51<br>にんじん 8.81<br>きくらげ 0.56<br>砂糖 1.17<br>濃口しょうゆ 1.17<br>鶏がらだし 0.36<br>ごま 0.56<br>ごま油 0.28<br>食塩 0.13<br>鶏ひき肉 27.06<br>しょうが 0.54<br>青ねぎ 3.15<br>食塩 0.2<br>はくさい 18.41<br>にんじん 7.05<br>ほんしめじ 7.83<br>濃口しょうゆ 0.81<br>鶏がらだし 1.22 | 濃口しょうゆ 1.01<br>本みりん 1.01<br>料理酒 0.84<br>ぶり 60<br>しょうが 0.22<br>濃口しょうゆ 1.4<br>本みりん 1.4<br>料理酒 1.12<br>砂糖 0.67<br>片栗粉 0.56<br>水 3.36<br>ブロッコリー 15.67<br>にんじん 5.87<br>まいたけ 7.05<br>冷凍コーン 6.53<br>砂糖 0.84<br>濃口しょうゆ 1.4<br>ぶたロース 10.15<br>板こんにゃく 4.06<br>だいこん 23<br>さといも 11.5<br>にんじん 9.13<br>ごぼう 4.87<br>青ねぎ 3.78<br>焼き竹輪 4.4<br>酒かす 2.71<br>かつお・こんぶだし<br>淡色辛みそ 7.44<br>精白米 38.94 | 精白米 52<br>ぶたばら 64.34<br>たまねぎ 42.07<br>にんじん 10.07<br>青ねぎ 5.2<br>しょうが 0.45<br>砂糖 3.07<br>本みりん 3.07<br>濃口しょうゆ 6.14<br>料理酒 0.65<br>なたね油 0.65<br>片栗粉 0.65<br>えのきたけ 6.66<br>かぶ 11.88<br>チンゲンサイ 11.5<br>油揚げ 4.06<br>かつお・こんぶだし 1.01<br>淡色辛みそ 8.12<br>みかん 50 | 若鶏もも 60<br>食塩 0.11<br>薄力粉 5.59<br>鶏卵 7.13<br>パン粉 8.39<br>なたね油 11.19<br>ウスターソース 0.65<br>トマトケチャプ 7.83<br>本みりん 1.63<br>ほうれんそう 12.59<br>キャベツ 16.64<br>黄ピーマン 7.05<br>ロースハム 5.59<br>米酢 1.12<br>砂糖 1.26<br>レモン果汁 0.28<br>マヨネーズ 1.68<br>食塩 0.17<br>はくさい 12.72<br>チンゲンサイ 8.63<br>エリンギ 7.63<br>ウインナーソーセージ 11.19<br>コンソメ(洋風だし) 1.42<br>食塩 0.08<br>いちご 50<br>精白米 35.24<br>にんじん 11.75<br>有塩バター 0.56<br>食塩 0.07<br>コンソメ(洋風だし) 0.33 |
| おやつ | 小倉団子<br>ミルク | フライドポテト<br>ミルク | レモンヨーグルトケーキ<br>ミルク | お菓子 | きなこトースト<br>ミルク | 大学芋 | いちご蒸しパン<br>ミルク | コーンdeポンデ<br>ミルク | コーンdeポンデ<br>ミルク | お菓子 | おにぎり(おかか) | フライドポテト<br>ミルク | ココアクッキー<br>ミルク | 大根もち | レモンヨーグルトケーキ<br>ミルク |
| 食品名及び分量 | 白玉粉 17.59<br>絹ごし豆腐 18.94<br>あずき 10.15<br>砂糖 6.53<br>普通牛乳 200 | じゃがいも 67.66<br>なたね油 2.36<br>食塩 0.14<br>脱脂粉乳 20<br>砂糖 2 | 薄力粉 13.53<br>ベーキングパウダー 0.54<br>プレーンヨーグルト 10.83<br>砂糖 8.12<br>なたね油 3.65<br>鶏卵 5.75<br>レモン果汁 0.84<br>脱脂粉乳 20<br>砂糖 2 | | 食パン 67<br>きな粉 1.69<br>砂糖 5.41<br>無塩バター 4.06<br>普通牛乳 200 | さつまいも 43.1<br>なたね油 3<br>砂糖 6.53<br>濃口しょうゆ 0.65<br>本みりん 3.26<br>いりごま 0.2<br>水 5.48 | 薄力粉 13.53<br>ベーキングパウダー 0.34<br>鶏卵 5.75<br>砂糖 6.77<br>なたね油 3.25<br>普通牛乳 6.77<br>いちご 6.63<br>脱脂粉乳 12.98<br>砂糖 1.3 | 白玉粉 11.19<br>冷凍コーン 3.38<br>ベーコン 3.38<br>パルメザンチーズ 6.77<br>食塩 0.13<br>脱脂粉乳 2.03<br>水 20.3<br>脱脂粉乳 20<br>砂糖 2 | 白玉粉 11.19<br>冷凍コーン 3.38<br>ベーコン 3.38<br>パルメザンチーズ 6.77<br>食塩 0.13<br>脱脂粉乳 2.03<br>水 20.3<br>脱脂粉乳 20<br>砂糖 2 | | 精白米 30<br>かつお節 0.41<br>濃口しょうゆ 1.36 | じゃがいも 64.62<br>なたね油 2.28<br>あおのり 0.2<br>食塩 0.14<br>普通牛乳 200 | 薄力粉 16.22<br>無塩バター 6.76<br>砂糖 5.41<br>鶏卵 2.87<br>ピュアココア 0.68<br>脱脂粉乳 12.98<br>砂糖 1.3 | だいこん 34.51<br>さくらえび素干し 0.34<br>ベーコン 5.41<br>あさつき 3.38<br>上新粉 2.03<br>白玉粉 6.77<br>食塩 0.2 | 薄力粉 13.53<br>ベーキングパウダー 0.54<br>プレーンヨーグルト 10.83<br>砂糖 8.12<br>なたね油 3.65<br>鶏卵 5.75<br>レモン果汁 0.84<br>脱脂粉乳 20<br>砂糖 2 |