



[令和6年度]

1月の献立 (6~15日)

[豊北きらきらこども園]

日曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー
6 月	ミートボールシチュー 竹輪の甘辛煮	ミートボール 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 グリンピース シチュールー 油 竹輪 砂糖 しょうゆ ごま	クッキー	かりんとう	403
7 火	焼きスパゲティ 大根サラダ	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン さつま揚げ ソース 油 大根 人参 キャベツ ツナ缶 マヨネーズ	せんべい	一口カステラ	402
8 水	七草粥 鶏肉の竜田揚げ 味噌汁	春の七草 米 卵 鶏肉 生姜 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 白菜 人参 豆腐 油揚げ 葱 煮干し 味噌	りんご ソフトビス	チョコスコーン (小麦粉 チョコレート 卵 油 砂糖)	532
9 木	コロッケ 白菜と春雨のごま和え	じゃが芋 鶏ミンチ 玉葱 人参 小麦粉 卵 パン粉 油 白菜 人参 春雨 砂糖 しょうゆ ごま	ボーロ	ミルク餅 (牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖)	386
10 金	八宝菜 卵焼き	豚肉 玉葱 人参 もやし 白菜 筍 木耳 ピーマン 板かま 生揚げ コンソメ 片栗粉 油 卵 砂糖	ウェハース	ぼたぼた焼き	311
11 土	スパゲティ ゆで卵 ごま和え	スパゲティ 合挽き肉 玉葱 人参 ケチャップ 卵 キャベツ もやし 人参 ごま 砂糖 しょうゆ	バナナ	野菜・果実ジュース クッキー	304
14 月	けんちん汁 南瓜サラダ	鶏肉 大根 人参 里芋 白菜 干し椎茸 豆腐 葱 味噌 しょうゆ 南瓜 胡瓜 玉葱 人参 ブロッコリー ハム マヨネーズ	せんべい	おととと	327
15 火	豚肉と野菜の味噌煮 マカロニサラダ	豚肉 大根 里芋 人参 こんにゃく ごま 味噌 マカロニ キャベツ 人参 じゃが芋 ハム マヨネーズ	りんご クッキー	サイコロラスク (食パン バター 砂糖 牛乳)	423

