

# 令和5年度 1月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6
休 園 日	休 園 日	休 園 日	<p><b>スパゲティーナポリタン</b> スパゲティ(小麦)30 無添加ベーコン15 玉葱25 ピーマン5 ソース2 油1 カットトマト20 トマト20 塩0.3 ケチャップ8</p> <p><b>ポテトサラダ</b> じゃが芋50 冷コーン8 人参5 砂糖0.5 マヨドレ8 塩0.3</p> <p><b>野菜スープ</b> 大根20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p><b>七草粥</b> 米30 七草7 卵15 ちりめんじゃこ2 醤油1 出し昆布 塩0.4</p> <p><b>おからボール</b> おから10 鶏ミンチ10 牛蒡8 豚ミンチ5 ひじき1 豆腐25 油 醤油2 砂糖1 片栗粉5</p> <p><b>フロッコリーのごまあえ</b> フロッコリー30 人参5 カリフラワー30 砂糖0.5 醤油1 ごま2</p>	<p><b>きつね丼</b> 米40 油揚げ15 青葱3 玉葱10 砂糖1 片栗粉1 鶏ミンチ15 卵8 のり0.5 酒1 醤油2 みりん2</p> <p><b>ごぼうの土佐煮</b> ごぼう30 砂糖0.8 油 人参10 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2</p> <p><b>味噌汁</b> じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>
			<p><b>ゆかりおにぎり</b> 米 ゆかり</p> <p><b>チーズ</b></p> <p>※おせんべい</p>	<p><b>みかんゼリー</b> みかんジュース 砂糖 みかん缶 アガー <b>おせんべい</b></p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※フルーン</p>	<p><b>スノーボール</b> 小麦粉 砂糖 バター 粉糖</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※レーズン</p>
8	9	10	11 (鏡開き)	12	13
休 園 日	<p>米40</p> <p><b>和風ハンバーグ</b> 鶏ミンチ30 豚ミンチ20 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉2 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5</p> <p><b>ゆでフロッコリー</b> フロッコリー20 塩</p> <p><b>粉ふき芋</b> じゃが芋30 塩0.3</p> <p><b>味噌汁</b> 白菜20 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p><b>てんぷら盛り合わせ</b> さつま芋20 金時人参8 玉葱10 ごぼう10 牛レバー25 純カレー粉0.2 小麦粉5 卵4 塩0.3 油 片栗粉2</p> <p><b>清汁</b> 豆腐25 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお</p> <p><b>みかん</b></p>	<p>米40 大根葉1 みりん1 醤油1 花かつお1</p> <p><b>牛肉と根菜の含め煮</b> 牛肉20 大根50 人参20 こんにゃく15 ごぼう20 絹さや3 酒2 醤油3 砂糖1 みりん2 油0.3</p> <p><b>とろろ汁</b> とろろ芋15 ほうれん草10 卵15 醤油0.5 塩0.4 ちりめんじゃこ2 出し昆布 煮干</p>	<p><b>マカロニグラタン</b> マカロニ(小麦)16 鶏肉30 ミックスチーズ8 牛乳100 マッシュルーム8 玉葱20 小麦粉3.5 バター3 塩0.5</p> <p><b>レーズンサラダ</b> キャベツ20 きゅうり10 レーズン3 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3</p> <p><b>野菜スープ</b> 大根15 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p>米40</p> <p><b>野菜炒め</b> 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 赤味噌1</p> <p><b>わかめと玉葱のスープ</b> 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p> <p><b>りんご</b></p>
	<p><b>ピザトースト</b> 食パン(小麦・乳) 玉葱 無添加ベーコン ピーマン チーズ マヨドレ ケチャップ</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※りんご</p>	<p><b>黒糖蒸しパン</b> 小麦粉 BP 黒糖 卵 油 レーズン</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※チーズ</p>	<p><b>ぜんざい</b> おもち 小豆 砂糖 塩</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※フルーン</p>	<p><b>五平餅</b> 米 もち米 味噌 はちみつ</p> <p><b>田作り</b> 小魚 みりん 醤油 ごま</p> <p>※牛乳</p>	<p><b>手作りクッキー</b> 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 B.P</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※おせんべい</p>
15 (小正月)	16 (焼き芋)	17 (幼児弁当)	18	19	20
<p>米30 もち米15 小豆7 塩 出し昆布</p> <p><b>ぶりの照り焼き</b> ぶり50 砂糖1 みりん4 酒4 醤油2</p> <p><b>フロッコリー和え</b> フロッコリー40 砂糖0.5 カリフラワー30 人参5 醤油1</p> <p><b>清汁</b> 豆腐25 三つ葉3 出し昆布 醤油2 塩0.4 花かつお</p>	<p>さつまいも80</p> <p><b>おにぎり</b> 米50 塩 のり</p> <p><b>とん汁(焼き芋用)</b> 豚肉15 人参10 油揚げ5 ごぼう8 白菜10 こんにゃく5 大根15 大根葉5 味噌7 煮干 出し昆布</p> <p><b>みかん</b></p>	<p>干しうどん(小麦)30 鶏肉20 人参10 玉葱20 青葱7 油揚げ5 醤油3 片栗粉2 煮干 カレールー7</p> <p><b>ほうれん草の土佐和え</b> ほうれん草40 えのき15 人参3 花かつお1 砂糖1 醤油2</p> <p><b>りんご</b></p>	<p>米40</p> <p><b>春巻き</b> 春巻の皮(小麦)12 豚肉15 干椎茸1 人参10 ゆでたけのこ10 春雨7 ピーマン6 油 酒1 塩 砂糖1 ごま油0.5 醤油3</p> <p><b>ごま酢和え</b> もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2</p> <p><b>味噌汁</b> 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p><b>鶏の照り焼き</b> 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4</p> <p><b>ひじきと大豆の煮物</b> ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干</p> <p><b>味噌汁</b> かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p><b>鯖ボール</b> おから10 鯖の水煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1</p> <p><b>白菜のゆかり和え</b> 小松菜10 人参10 白菜50 ゆかり0.5 砂糖0.3 醤油0.8</p> <p><b>味噌汁</b> 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>
<p><b>豆乳もち</b> 豆乳 砂糖 片栗粉 黄粉</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※バナナ</p>	<p><b>レーズン蒸しパン</b> 小麦粉 BP 砂糖 卵 油 レーズン</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※おせんべい</p>	<p><b>じゃが芋のボンデケーキ</b> じゃが芋 片栗粉 強力粉 バター 砂糖 BP 牛乳 ミックスチーズ</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※レーズン</p>	<p><b>ヨーグルト</b> (市販)</p> <p><b>おせんべい</b> (市販)</p> <p>※牛乳</p>	<p><b>りんご</b></p> <p><b>きらびあげ</b> (市販) (小麦)</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※チーズ</p>	<p><b>ビスケット</b> (市販) (小麦・乳・卵)</p> <p><b>牛乳</b></p> <p>※フルーン</p>

月曜日 22	火曜日 23	水曜日 24 (誕生日会)	木曜日 25	金曜日 26	土曜日 27
<b>バターロール</b> (小麦・乳・卵)  <b>ポトフ</b> 牛角切り肉25 人参20 大根40 長葱10 玉葱30 出し昆布 パセリ1 塩0.3 醤油3 ブイヨン ローリエ  <b>れんこんサラダ</b> れんこん35 人参10 きゅうり10 ごま2 塩0.3 マヨドレ8 砂糖0.5 醤油0.3	米40  <b>五目豆腐</b> 豆腐60 豚肉15 玉葱25 人参10 絹さや3 干椎茸1 油0.3 酒2 醤油2 砂糖1 塩0.2 片栗粉1.2 生姜  <b>たたきごぼう</b> ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩  <b>味噌汁</b> 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	<b>キャロットライス</b> 米40 人参10 バター1 塩0.3 パセリ  <b>コロッケ</b> じゃが芋50 合挽ミンチ15 玉葱20 卵20 強力粉5 塩0.3 牛乳5 パン粉8 油  <b>コールスローサラダ</b> キャベツ40 冷コーン8 酢2 砂糖0.5 塩0.3  <b>ゆでフロッコリー</b>  <b>野菜スープ</b> 大根20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン  <b>みかん</b>	米40  <b>鮭の磯辺焼き</b> 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2  <b>千切大根の煮付け</b> 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2  <b>味噌汁</b> かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	<b>マカロニグラタン</b> マカロニ(小麦)16 鶏肉30 ミックスチーズ8 牛乳100 マッシュルーム8 玉葱20 小麦粉3.5 バター3 塩0.5  <b>レーズンサラダ</b> キャベツ20 きゅうり10 レーズン3 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3  <b>野菜スープ</b> 玉葱15 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	米40  <b>鯖ボール</b> おから10 鯖の水煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1  <b>白菜のゆかり和え</b> 小松菜10 人参10 白菜50 ゆかり0.5 砂糖0.3 醤油0.8  <b>味噌汁</b> 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
<b>焼きおにぎり</b> 米 花かつお 醤油 みりん  <b>チーズ</b> ※牛乳	<b>カントリーアップルケーキ</b> 小麦粉 りんご 卵 砂糖 バター シナモン  <b>牛乳</b> ※フルーン	<b>手作りクッキー</b> 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 ココア B.P  <b>牛乳</b> ※おせんべい	<b>さつまいものバター焼き</b> さつまいも バター  <b>牛乳</b> ※チーズ	<b>五平餅</b> 米 もち米 味噌 はちみつ  <b>田作り</b> 小魚 みりん 醤油 ごま ※牛乳	<b>ビスケット(市販)</b> (小麦・乳・卵)  <b>牛乳</b> ※フルーン
<b>29</b> <b>大根葉ご飯</b> 米40 大根葉1 みりん1 醤油1 花かつお1  <b>おでん</b> 鶏肉30 大根60 酒2 さつまいも(卵)20 こんにゃく20 人参10 油あげ8 砂糖1 みりん3 醤油2 煮干 出し昆布  <b>とろろ汁</b> とろろ芋15 ほうれん草10 卵15 醤油0.5 塩0.4 ちりめんじゃこ2 出し昆布 煮干	<b>30</b> <b>カレーうどん</b> 干しうどん(小麦)30 鶏肉20 人参10 玉葱20 青葱7 油揚げ5 醤油3 片栗粉2 煮干 カレールー7  <b>白和え</b> ほうれん草25 金時人参8 豆腐30 こんにゃく10 白味噌5 砂糖1 醤油1 みりん1 酒1 ごま2  <b>りんご</b>	<b>31</b> <b>ご飯</b> 米40  <b>ぶりの照り焼き</b> ぶり50 砂糖1 みりん4 酒4 醤油2  <b>黒豆煮</b> 黒豆10 砂糖5 醤油0.8 塩0.1  <b>あちゃら漬け</b> かぶ50 赤かぶ20 砂糖1 酢2 塩0.5  <b>味噌汁</b> 白菜20 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布			
<b>さつまいものコーンカップ</b> さつまいも 砂糖 バター 牛乳 コーンカップ(小麦・大豆)  <b>牛乳</b> ※みかん	<b>手作り昆布のおにぎり</b> 米 昆布 花かつお 醤油 みりん  <b>牛乳</b> ※チーズ	<b>肉まん</b> 小麦粉 豚ミンチ 玉葱 干椎茸 生姜 砂糖 醤油 ゆでたけのこ 片栗粉 B.P  <b>牛乳</b> ※バナナ			
					
<p>新年には新しい年神様を迎え、7日 七草粥 11日 鏡開き 15日 小正月と行事があり、今年は土日と重なるので園では平日に振替えて予定しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鏡開き…お正月の間に神様・仏様にお供えしていた鏡餅には、年神様が宿ると考えられ神様・仏様に感謝をしながら食べることにより1年の無病息災を願います。</li> <li>・小正月…中国ではお正月の15日に疫病や邪気を払うために小豆粥を食べます。小豆のように赤色の食べ物には邪気を払う力があり、園では小豆ごはんを食べて無病息災を願います。</li> </ul>					
					
<p>※印は乳児の朝のおやつです。 材料横の数字は、幼児1人分の分量です。 (乳児は4/5(80%)になります。) ※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。</p>					