



1月給食だより

こども献立表

あけましておめでとうございます



雨尾幼稚園 様

日付	曜日	こんだて	主な材料と体内での働き			kcal	たんぱく質g
			主に熱や力のもとになるもの	主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの		
8	木	白菜のコンソメ煮 南瓜コロッケ・春雨の酢の物 ミニゼリー	南瓜コロッケ・春雨 砂糖・米		白菜・人参 コーン	399	5.5
9	金	人参とミンチの炒め物 照り焼きハンバーグ かき揚げ 切干大根のフレンチサラダ 洋梨缶	小麦粉・砂糖・米	大豆・ハンバーグ	玉葱・人参・洋梨 切干大根・コーン	426	8.2
13	火	カレーマカロニソテー・春巻き もやしのお浸し・黄桃缶	マカロニ・砂糖 カレー粉・春巻き・米	削り粉	もやし・玉葱 人参・黄桃	399	6.5
14	水	野菜炒め・鶏の照り焼き 焼売・ビーンズサラダ みかん缶	焼売・米	鶏肉・大豆	ピーマン・人参 みかん・枝豆・コーン	458	12.6
15	木	和風スパソテー・ハンバーグ フライドポテト・中華和え 杏仁豆腐	スパゲティー・砂糖 胡麻油・フライドポテト 杏仁豆腐・米	ハンバーグ	もやし・玉葱・人参	436	8.0
16	金	もよしの和風ソテー 鶏の磯辺揚げ・ミートボール 切干大根の煮物 マンゴープリン	小麦粉・砂糖 マンゴープリン・米	鶏肉・ミートボール	もやし・ピーマン あおさ・切干大根 人参	443	10.9
19	月	春雨ソテー・揚げ餃子 蓮根天 白菜と油揚げのお浸し パイ缶	春雨・餃子 砂糖・米	蓮根天・油揚げ	玉葱・白菜 パイ	409	6.6
20	火	マカロニソテー・つくね あおさポテト 大豆と蒟蒻の煮物・洋梨缶	マカロニ・砂糖 じゃが芋・米	つくね・大豆	人参・コーン グリーンピース 洋梨・あおさ・蒟蒻	459	10.8
21	水	ナムル・ソースカツ 金平ごぼう フルーツミックス	胡麻油・米	メンチカツ	もやし・牛蒡 みかん・人参 蒟蒻・パイ	417	7.7
22	木	枝豆野菜ソテー 野菜コロッケ 切干大根のあおさサラダ 黄桃缶	野菜コロッケ・米	ハム	枝豆・コーン・玉葱 切干大根・あおさ 黄桃	408	6.8
23	金	スパソテー・磯辺白身フライ 牛蒡天 じゃが芋の含め煮 パイ缶	スパゲティー・じゃが芋 砂糖・米	磯辺白身フライ・牛蒡天	グリーンピース・人参 コーン・蒟蒻・パイ	428	9.1
26	月	高野豆腐の洋風煮 カレーコロッケ スパゲティサラダ マンゴープリン	砂糖・カレーコロッケ スパゲティー マンゴープリン・米	高野豆腐	椎茸・人参・コーン グリーンピース	430	8.1
27	火	玉ねぎと白菜の和風炒め 鶏肉の塩焼き・南瓜天ぷら 春雨サラダ・杏仁豆腐	小麦粉・春雨 杏仁豆腐・米	鶏肉	玉葱・白菜 南瓜・人参	426	10.1
28	水	マカロニケチャップソテー ハムクランチカツ 蒟蒻の金平・白桃缶	胡麻・マカロニ・米	ハムクランチカツ	法蓮草・玉葱 蒟蒻・白桃	406	8.2
29	木	五目豆・コーンフライ 青梗菜のお浸し・みかん缶	砂糖・コーンフライ 米	大豆・削り粉	蒟蒻・枝豆・青梗菜 人参・みかん	393	7.1
30	金	鶏もやしソテー・ハムステーキ イカフライ マカロニサラダ・洋梨缶	マカロニ・米	鶏肉・ハムステーキ イカフライ	もやし・人参 コーン・洋梨	424	9.9

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。ご飯は、愛知・福井・青森県産の白米を使用しております。

(株) ヤオハルフーズ TEL 0569-24-3678 FAX 0569-26-5589