



1月 スマイティ保育園給食献立予定表



		お昼ごはん	夕ごはん
1日	水		
2日	木		
3日	金		
4日	土	五目あんかけハンバーグ、焼きそば、コーンサラダ、ワカメスープ、ご飯	ハヤシライス、マカロニサラダ、コンソメスープ
5日	日	大根と豚バラ肉の旨煮、もやしと卵のチャンプルー、カニカマサラダ、味噌汁、ご飯	マーボー春雨、チーズ詰めちくわのフライ、蒸し鶏サラダ、味噌汁、ご飯
6日	月	五目焼きビーフン、揚げシュウマイ、オニオンとキュウリのおかか和え、味噌汁、ご飯	酢豚、カニ玉あんかけ、大根とあげの煮物、味噌汁、ご飯
7日	火	チキン南蛮、じゃがいもの明太和え、こんにゃくとちくわの炒り煮、味噌汁、ご飯	メンチカツレツ、焼きうどん、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
8日	水	鶏肉ときのこのクリーム煮、ナポリタンスパゲッティ、ゆで卵サラダ、コンソメスープ、ご飯	さばの南蛮漬け、ほうれん草のゴマ和え、鶏とごぼうの炊き込みご飯、味噌汁
9日	木	サーモンの照り焼き、肉豆腐、白菜とひじきのサラダ、味噌汁、ご飯	そばモダン焼き、オニオンフライ、ごま鮭おにぎり、味噌汁
10日	金	五目ちらし寿し、さつま芋の天ぷら、小松菜とあげのマヨ醤油和え、すまし汁	若鶏の唐揚げ、キャベツとひき肉のソース炒め、水菜とかまぼこのさっと煮、玉子スープ、ご飯
11日	土	海老フライタルタルソース、ウインナー入りオムレツ、茹でレタスのそぼろあんかけ、味噌汁、ご飯	和風ロールキャベツ、白身魚のフライ、きんぴらごぼう、味噌汁、ご飯
12日	日	チキンと野菜のポトフ、ツナサンド、フライドポテト、牛乳	かにシュウマイ、マーボー豆腐、ポテ玉サラダ、味噌汁、ご飯
13日	月	海老マカロニグラタン、トマトと玉ねぎのマリネ、チキンライス、コンソメスープ	鶏ももの甘酢炒め、里芋と平天の煮物、ピーマンの塩こみお和え、味噌汁、ご飯
14日	火	焼肉丼、キャベツとちくわのゆかり和え、卵とニラの中中華スープ	ミルフィーユカツレツ、ブロッコリーと茹で卵のマヨパン粉焼き、ペンのミートソース、味噌汁、ご飯
15日	水	キーマカレー、ゆで卵とアスパラのマヨサラダ、ポタージュスープ	豚しょうが焼き、切干し大根とツナの煮物、コールスローサラダ、なめこ汁、ご飯
16日	木	八宝菜、焼きギョウザ、春雨サラダ、味噌汁、ご飯	和風おろしハンバーグ、たらこスパゲッティ、コーンサラダ、味噌汁、ご飯
17日	金	豚肉とかぼちゃのオイスター炒め、ニラと玉ねぎのチヂミ、ささ身とキュウリのサラダ、味噌汁、ご飯	鮭の塩焼き、根菜のかき揚げ、玉子焼き、五目炊き込みご飯、味噌汁
18日	土	シーフードピラフ、ツナ入りオムレツ、キャベツとウインナーのコンソメスープ	ボーククリームシチュー、カニカマのフリッター、ツナサラダ、ご
19日	日	鶏肉と野菜のトマト煮、ミートコロッケ、カニカマとブロッコリーのサラダ、味噌汁、ご飯	チンジャオロース、高野豆腐の玉子とし、ワカメとえのきの甘酢和え、味噌汁、ご飯
20日	月	肉じゃが、ししゃもの唐揚げ、だし巻き玉子、味噌汁、ご飯	ドライカレー、ささ身フライ、アスパラサラダ
21日	火	五目あんかけ焼きそば、豆腐サラダ、のり玉おにぎり、味噌汁	牛肉とセロリの甘辛炒め、魚肉ソーセージのフライ、春雨サラダ、味噌汁、ご飯
22日	水	ピザトースト、ハムカツ、野菜サラダ、オレンジジュース	飯うどん入りすき焼き、茶碗蒸し、ポテトサラダ、すまし汁、ごはん
23日	木	味付き豚の天ぷら、温ぶっかけそうめん、ワカメとキュウリのサラダ、しめじご飯	照り焼きチキン、五目炒り豆腐、和風きのこスパゲッティ、味噌汁、ご飯
24日	金	豚肉とチンゲン菜の中中華炒め、春巻き、かぼちゃのマッシュサラダ、玉子スープ、ご飯	親子丼、ミニきつねうどん、白菜の浅漬け
25日	土	チキンカレーライス、スパゲッティサラダ、オニオンスープ	鶏じゃが、水餃子入り中華スープ、竹の子ときのこの炊き込みご飯
26日	日	若鶏のバター醤油ソテー、アスパラベーコン、ひじきと大豆の煮物、味噌汁、ご飯	おでん、かぼちゃの天ぷら、玉子豆腐、味噌汁、ご飯
27日	月	チキン竜田のねぎソース、れん根のきんぴら、さつま芋とひじきのホットサラダ、味噌汁、ご飯	ハヤシソースのオムライス、野菜コロッケ、イタリアンサラダ、ポタージュスープ
28日	火	ボークピカタ、ベーコンエッグ、エリンギのソテー、味噌汁、ご飯	野菜たっぷり中華そば、ミニチャーハン
29日	水	マーボー春雨、もやしとニラと卵の中中華炒め、フランクフルトのケチャップ炒め、味噌汁、ご飯	豚野菜炒め、さつま芋の甘煮、玉子焼き、味噌汁、ご飯
30日	木	すき焼き丼、揚げだし豆腐、味噌汁	サーモンのフライタルタルソース、ミートオムレツ、里芋のおかか煮、味噌汁、ご飯
31日	金	豚バラ肉と野菜の蒸し焼き、ほうれん草の白和え、味噌汁、鶏五目ご飯	牛肉のガーリック醤油焼き、はんぺんと大根の煮物、もやしのごま酢和え、味噌汁、ご飯