

スマイティ保育園 1 月献立表

1日	水		16日	木	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
2日	木		17日	金	肉じゃが、ししゃもの唐揚げ、だし巻き玉子、味噌汁、ご飯
3日	金		18日	土	自由献立
4日	土		19日	日	自由献立
5日	日		20日	月	八宝菜、焼きギョウザ、春雨サラダ、味噌汁、ご飯
6日	月	五目あんかけハンバーグ、目玉焼き、コーンサラダ、ワカメスープ、ご飯	21日	火	ピザトースト、フライドポテト、野菜サラダ、オレンジジュース
7日	火	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	22日	水	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、ふりかけご飯
8日	水	五目ちらし寿し、さつま芋の天ぷら、小松菜のマヨ醤油和え、すまし汁	23日	木	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
9日	木	サーモンの照り焼き、玉子豆腐、白菜とひじきのサラダ、味噌汁、ご飯	24日	金	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
10日	金	チキンと野菜のポトフ、ツナサンド、フライドポテト、牛乳	25日	土	自由献立
11日	土	自由献立	26日	日	自由献立
12日	日	自由献立	27日	月	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
13日	月	自由献立	28日	火	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
14日	火	キーマカレー、ゆで卵とアスパラのマヨサラダ、バタージュース	29日	水	ミックスサンドウィッチ、チキンナゲット、イタリアンサラダ、オレンジジュース
15日	水	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	30日	木	すき焼き丼、揚げだし豆腐、味噌汁
			31日	金	豚肉とチンゲン菜の中華炒め、春巻き、かぼちゃのマッシュサラダ、玉子スープ、ご飯

※土日祝は、利用人数に応じた自由献立となります。