



# 1月献立表

令和2年1月1日 社会福祉法人三心会 山田町第一保育所

日	曜日	おやつ (未満児)	アレルギー児おやつ (未満児)	献立名	アレルギー 対応食材	おやつ (未満児・以上児)	アレルギー児おやつ (未満児・以上児)
1	水			年 始			
2	木						
3	金						
4	土	牛乳・ビスコ	牛乳→麦茶	スパゲッティナポリタン・コンソメスープ・みかん		麦茶・お菓子	
5	日						
6	月	牛乳 ビスコ	牛乳→麦茶 ビスコ→ビスケット	八宝菜・涼拌三条・ちくわの磯辺揚げ・白菜の味噌汁 バナナ	松風焼き→ 卵除去	牛乳 星食べようせんべい	牛乳→麦茶
7	火	牛乳 とんがりコーン	牛乳→麦茶	鶏肉の味噌焼き・レンコンサラダ・トマト・豆腐の味噌汁 みかん 七草		ヨーグルト	ヨーグルト→ フルーツゼリー
8	水	牛乳 ステックパン	牛乳→麦茶 ステックパン→食パン	タラの洋風焼き・大根とツナのサラダ・さつま芋の天ぷら すまし汁・りんご		マスカットゼリー	
9	木	牛乳 動物ビスケット	牛乳→麦茶 ビスコ→ビスケット	タンドリーチキン・フレンチサラダ・ブロッコリーソテー なめこ汁・バナナ ・おしるこ 鱈焼き		牛乳 せんべい	牛乳→麦茶
10	金	フルーツゼリー		鶏肉の照り焼きマカロニサラダ・豚汁・漬物・みかん みずき団子		牛乳・ポッキー	牛乳→麦茶
11	土	牛乳・ぱりんこ	牛乳→麦茶	カレーうどん・100%ジュース・バナナ		麦茶・お菓子	
12	日						
13	月						
14	火	牛乳 パイ菓子	牛乳→麦茶	コロッケ・和風サラダ・トマト・大根の味噌汁・バナナ	コロッケ→ 卵除去	牛乳 おいなりさん	牛乳→麦茶
15	水	牛乳 動物ビスケット	牛乳→麦茶	とり肉の甘辛煮・シルバーサラダ・浸し和え・厚揚げの味噌汁 バナナ		牛乳 とんがりコーン	牛乳→麦茶
16	木	牛乳 星食べようせんべい	牛乳→麦茶	鯖の黄金焼き・しょうゆフレンチ・かぼちゃ煮・すまし 汁・りんご		フルーツゼリー	
17	金	牛乳 サンドパン	牛乳→麦茶 ミニパン→食パン	カレーライス・フレンチサラダ・ポイルウインナー・スープ グレープフルーツ		牛乳 フレークファッジ	牛乳→麦茶
18	土	牛乳・クッキー	牛乳→麦茶	ハヤシライス・野菜スープ・みかん		麦茶・お菓子	
19	日						
20	月	牛乳 アンパンマンクッキー	牛乳→麦茶	鶏肉のソース焼き・マカロニサラダ・トマト・キャベツの味噌汁 バナナ		ヨーグルト	ヨーグルト→ フルーツゼリー
21	火	牛乳 ミニせんべい	牛乳→麦茶	鮭の照り焼き・野菜炒め・五目納豆・豆腐の味噌汁・みかん		牛乳 サッポロポテト	牛乳→麦茶
22	水	牛乳 パイ菓子	牛乳→麦茶	養生食 タコライス・チューリップ・和風スパゲティ フレンチサラダ・スープ・いちご・パン		マスカットゼリー	
23	木	牛乳・おととつと	牛乳→麦茶	タラフライ・大根サラダ・前ブロッコリー・さつま芋のクリームシチュー・バナナ	タラフライ→卵除去	牛乳・イチゴのケーキ	牛乳→麦茶
24	金	牛乳 とんがりコーン	牛乳→麦茶	ミートボール・キャベツのごまサラダ・ジャーマンポテト・若布 の味噌汁・バナナ		牛乳 さつま芋のガレット	牛乳→麦茶
25	土	牛乳・せんべい	牛乳→麦茶食パン	中華丼・中華スープ・バナナ		麦茶・お菓子	
26	日						
27	月	牛乳・パイ菓子	牛乳→麦茶	すき焼き風煮・ツナ和え・枝豆・厚揚げの味噌汁・バナナ		牛乳・チョコバナナ	牛乳→麦茶
28	火	牛乳・クッキー	牛乳→麦茶	鯖の竜田揚げ・切り干し大根煮・ごま和え・白菜の味噌汁 りんご		ヨーグルト	ヨーグルト→ フルーツゼリー
29	水	牛乳・アンパンマン	牛乳→麦茶	ハンバーグ・スパゲティ・添えブロッコリー・スープ・オレンジ	ハンバーグ→卵除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
30	木	牛乳 ジャムサンド	牛乳→麦茶	豚肉の生姜焼き・マカロニサラダ・さつま芋甘煮 厚揚げの味噌汁・みかん		牛乳 手作りパン	牛乳→麦茶
31	金	牛乳 ミニドーナツ	牛乳→麦茶 ドーナツ→卵除去	ハムカツ・青菜の板かま和え・トマト・白菜の味噌汁・パン	ハムカツ→卵除去	牛乳 ブリッツ	牛乳→麦茶

1月平均摂取エネルギー(以上児:580kcal・未満児:520kcal)

※ハム・ペーコン・ウインナー・竹輪・かまぼこ・マヨネーズは卵、乳不使用のものを使用しています。

(卵、乳以外アレルギーは個別に対応しています。)※ご家庭での食事において変化等がありましたら、お知らせください。

※お箸、おしぼりセットは毎日きれいに持たせてください。 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

