



1月献立表



令和5年12月28日 社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	月			年始休み			
2	火			年始休み			
3	水			年始休み			
4	木	麦茶・塩煎餅		ご飯・麻婆豆腐・中華サラダ・枝豆・中華スープ・オレンジ	醤油→除去	リンゴジュース・えびせん	えびせん→除去菓子
5	金	牛乳・ビスコ	ビスコ→除去菓子	ご飯・鶏みぞれ煮・ミニ春巻き・トマト・キャベツ味噌汁・りんご	醤油→除去 春巻き→中華炒め	麦茶 ★七草粥・塩煎餅	
6	土	麦茶・ポテコ		タコライス・野菜スープ・オレンジ		麦茶・ハッピーターン	
7	日						
8	月			成人の日			
9	火	牛乳・ビスケット	ビスケット →除去菓子	ご飯・豚味噌竜田揚げ・そうめんサラダ・スティックきゅうり・大根味噌汁・オレンジ	醤油・そうめん →除去	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶 コーン菓子→除去菓子
10	水	牛乳・おととと	おととと →除去菓子	ご飯・鰻照り焼き・さつま芋甘煮・シルバーサラダ・なめこ汁・バナナ (鏡開き)	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳★あんこ団子	牛乳→麦茶
11	木	フルーツゼリー		おにぎり・みずき団子・即席漬け・けんちん汁・みかん (みずき団子)	醤油→除去	牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶 サッポロポテト→除去菓子
12	金	牛乳・山田煎餅		ご飯・鮭フライ・グリーンサラダ<りんごドレッシング>・トマト・白菜味噌汁・オレンジ	フライ→竜田揚げ 醤油→除去	麦茶★おいなりさん	おいなりさん →若布おにぎり
13	土	麦茶・塩煎餅		中華丼・中華スープ・りんご		麦茶・ハッピーターン	
14	日						
15	月	牛乳・えびせん	えびせん →除去菓子	ご飯・揚げシュウマイ・大根ツナサラダ・五目納豆・キャベツ味噌汁・オレンジ	シュウマイ→肉団子 醤油→除去	牛乳★りんごケーキ	牛乳→麦茶 りんごケーキ→米粉
16	火	牛乳・ベジ食べる	ベジ食べる →除去菓子	ご飯・鰻パン粉焼き・かぼちゃ煮・ごぼうサラダ・豆腐味噌汁・りんご	鰻→味噌焼き 醤油→除去	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶 ぼたぼた焼き→除去菓子
17	水	牛乳・ビスケット	ビスケット →除去菓子	ご飯・豚カレー風味焼き・もやし炒め・きゅうり中華和え・なめこ汁・バナナ	醤油→除去 バナナ→オレンジ	牛乳★ホットドック	牛乳→麦茶 ホットドック→米粉
18	木	牛乳・ビスコ	ビスコ→除去菓子	ご飯・鯖味噌カツ(鯖味噌カツ)・きんぴらごぼう・トマト・小松菜味噌汁・りんご	カツ→竜田揚げ 醤油→除去	ヨーグルト・ハッピーターン	ヨーグルト→ゼリー
19	金	フルーツゼリー		ご飯・鶏レモン焼き・千切り野菜炒め煮・竹輪射込み・若布味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳★どら焼き	牛乳→麦茶 どら焼き→米粉
20	土	麦茶・ポテコ		チキンカツ丼・豆腐味噌汁・バナナ (5歳児参観日)	カツ→竜田揚げ バナナ→オレンジ	麦茶・ばかうけ	ばかうけ→除去菓子
21	日						
22	月	牛乳・サッポロポテト	サッポロポテト →除去菓子	ご飯・若布入りメンチ・ごぼうチップスサラダ・コーンソテー・大根味噌汁・オレンジ	小麦粉・パン粉・ 醤油→除去	★味噌ラーメン	中華麺→うどん ラーメン→おにぎり
23	火	牛乳・ふんわりコーン	ふんわりコーン →除去菓子	ご飯・鰻マヨチー焼き・焼きそば・春雨ツナサラダ・じゃが芋味噌汁・りんご	チーズ→除去 焼きそば→野菜炒め	ジョアマスカット・ハッピーターン	ジョア →ぶどうジュース
24	水	牛乳・ばかうけ	ばかうけ →除去菓子	ご飯・カミカミドライカレー・さつま芋ボール・リンゴサラダ・野菜スープ・みかん	小麦粉・パン粉・ 醤油→除去	牛乳・かりんとう	牛乳→麦茶 かりんとう→除去菓子
25	木	牛乳・おととと	おととと →除去菓子	ご飯・鰻味噌煮・海鮮マカロニソテー・きゅうりササミ和え・白菜味噌汁・バナナ	マカロニ→野菜炒め バナナ→みかん	牛乳 ★ツナマヨトースト	牛乳→麦茶 食パン→除去用
26	金	フルーツゼリー		炊込みご飯・鶏カレー唐揚げ・コーンサラダ<胡麻ドレ>・アメリカンドック・すまし汁・みかん (誕生会)	醤油→除去	ぶどうジュース ★ポップコーン	
27	土	麦茶・塩煎餅		チンジャオ丼・中華スープ・オレンジ		麦茶・ハッピーターン	
28	日						
29	月	牛乳・ポテコ		ご飯・鮭西京焼き・ひじき炒め煮・茹でブロッコリー・じゃが芋味噌汁・オレンジ	醤油→除去	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶
30	火	牛乳・塩煎餅		ご飯・豚生姜焼き・和風スパゲティソテー・トマト・豆腐味噌汁・りんご	スパゲティ・醤油 →除去	牛乳★照り焼きピザ	牛乳→麦茶 ピザ→米粉
31	水	牛乳・ばかうけ	ばかうけ →除去菓子	ご飯・もぐもぐバーグ(ウインナー入り)・粉ふき芋・ブロッコリー白和え・野菜スープ・オレンジ	醤油→除去	ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー

1月平均摂取エネルギー(以上児:512Kcal・未満児:471Kcal)

※ご家庭での食事において変化等がありましたら、お知らせ下さい。 ※食物アレルギーに関しては個別に対応します。 ※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪等の加工食品はアレルゲンフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにして持たせて下さい。 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。