

献立表

2021年1月

FUJI English 保育園 〈完了期〉

日付	献立名	材料名
1	fri	冬季休園
2	sat	冬季休園
3	sun	冬季休園
4	mon	ごはん 豚汁 高野豆腐の含め煮 米、凍り豆腐、にんじん、薄口しょうゆ、三温糖、けずり節、豚肉(もも)、さといも、大根、みそ
5	tue	ごはん カレイの照焼 大根とにんじんの和え物 豆腐のすまし汁 米、カレイ、三温糖、薄口しょうゆ、大根、にんじん、濃口醤油、絹ごし豆腐、チンゲン菜、
6	wed	食パン 鶏肉の照焼 キャベツの和え物 コーンクリームスープ 食パン、鶏もも肉(皮付き)、三温糖、濃口醤油、キャベツ、きゅうり、にんじん、クリームコーン缶、じゃがいも、たまねぎ、豆乳、米粉
7	thu	ごはん 豚肉と野菜の煮物 ブロッコリーのおかか和え すまし汁 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、濃口醤油、三温糖、削り節、ブロッコリー、花かつお、絹ごし豆腐、薄口しょうゆ
8	fri	ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものきんぴら たまねぎのみそ汁 米、鮭、食塩、じゃがいも、にんじん、濃口醤油、三温糖、焼ふ、たまねぎ、みそ、削り節
9	sat	お弁当
10	sun	休園
11	mon	成人の日
12	tue	ごはん おでん風煮 ほうれん草のしらす和え 米、鶏もも肉、じゃがいも、大根、にんじん、板こんにゃく、だし昆布、三温糖、濃口醤油、ほうれん草、にんじん、しらす干し
13	wed	ごはん カレイの照焼 煮浸し わかめスープ 米、かれい、濃口醤油、三温糖、小松菜、にんじん、削り節、カットわかめ、たまねぎ、薄口しょうゆ
14	thu	ごはん 鶏肉のうま煮 キャベツのおかか和え かぼちゃのみそ汁 米、鶏もも肉、濃口醤油、三温糖、削り節、キャベツ、にんじん、薄口しょうゆ、花かつお、かぼちゃ、たまねぎ、みそ
15	fri	ごはん 牛肉とたまねぎの煮物 みそ汁 米、牛肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、三温糖、薄口しょうゆ、削り節、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、みそ
16	sat	お弁当

献立表

2021年1月

FUJI English 保育園 〈完了期〉

日付	献立名	材料名
17	sun	休園
18	mon	ごはん 豚肉と野菜の煮物 ブロッコリーのおかか和え すまし汁 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、濃口醤油、三温糖、削り節、ブロッコリー、花かつお、絹ごし豆腐、薄口しょうゆ
19	tue	ごはん 豚汁 高野豆腐の含め煮 米、凍り豆腐、にんじん、薄口しょうゆ、三温糖、けずり節、豚肉(もも)、さといも、大根、みそ
20	wed	ごはん カレイの照焼 大根とにんじんの和え物 豆腐のすまし汁 米、かれい、三温糖、薄口しょうゆ、大根、にんじん、濃口醤油、絹ごし豆腐、チンゲン菜、削り節
21	thu	食パン 鶏肉の照焼 キャベツの和え物 コーンクリームスープ 食パン、鶏もも肉(皮付き)、三温糖、濃口醤油、キャベツ、きゅうり、にんじん、クリームコーン缶、じゃがいも、たまねぎ、豆乳、米粉
22	fri	ごはん 鮭の塩焼き じゃがいものきんぴら たまねぎのみそ汁 米、鮭、食塩、じゃがいも、にんじん、濃口醤油、三温糖、焼ふ、たまねぎ、みそ、削り節
23	sat	お弁当
24	sun	休園
25	mon	ごはん 鶏肉のうま煮 キャベツのおかか和え かぼちゃのみそ汁 米、鶏もも肉、濃口醤油、三温糖、削り節、キャベツ、にんじん、薄口しょうゆ、花かつお、かぼちゃ、たまねぎ、みそ
26	tue	ごはん カレイの照焼 煮浸し わかめスープ 米、かれい、濃口醤油、三温糖、小松菜、にんじん、削り節、カットわかめ、たまねぎ、薄口しょうゆ
27	wed	ごはん 牛肉とたまねぎの煮物 みそ汁 米、牛肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、三温糖、薄口しょうゆ、削り節、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、みそ
28	thu	食パン 鶏肉の照焼 ブロッコリーのお浸し さつま芋のスープ 食パン、鶏もも肉、濃口醤油、三温糖、ブロッコリー、にんじん、さつまいも、たまねぎ、薄口しょうゆ、削り節
29	fri	ごはん おでん風煮 ほうれん草のしらす和え 米、鶏もも肉、じゃがいも、大根、にんじん、だし昆布、三温糖、濃口醤油、ほうれん草、しらす干し
30	sat	お弁当
31	sun	休園

※土曜日はお弁当の準備をお願いいたします。
 ※10時のおやつはスナック(ハイハイ、小魚家族、ベビーせんべい等)
 ※3時のおやつは果物(りんご、オレンジ、キウイ、季節の果物)とスナック(ビスケット、マンナボーロ、野菜家族、かっぱえびせん等)