

# 1月の献立表



2025年1月 小樽幼稚園様

日	メニュー	材料	日	メニュー	材料	日	メニュー	材料	日	メニュー	材料
	【1月の一人当たり平均摂取栄養値】 エネルギー 390kcal たんぱく質 14.4g 脂質 11.0g 炭水化物 56.9g 食塩相当量 1.6g (推定値) 【アレルギー対応のある保護者様へ】 12月12日～12月20日までに1月の代替献立のご確認をお願いいたします。 ※だしパックは、天然無添加のものを使用しております。(いわし煮干し、かつお節、むろあじ節、さば節、まぐろ節、昆布、椎茸)		6日			13日	成人の日		20日		
1日	元日		8日			15日			22日	きつねうどん 型抜きチーズ	うどん、豚肉、小揚げ、大根、人参、しょうゆ、小松菜、上白糖、本みりん、だしパック、食塩 型抜きプロセスチーズ
2日			9日			16日			23日	ごはん 手作りザンギ クルリンの玉子焼き 人参のグラッセ きやべつゴマ和え パイナップル	米 鶏肉、片栗粉、キャノーラ油、卵、しょうゆ、薄力粉、酒、しょうが、にんにく クルリンの玉子焼き 人参、有塩バター、上白糖、食塩 キャベツ、上白糖、しょうゆ、すりごま白 パイナップル
3日			10日			17日			24日		
									21日	麦ごはん チキンカレー りんご	米、米粒麦 じゃがいも、鶏肉、玉葱、カレーの素、人参、米サラダ油、中濃ソース、上白糖 りんご
									27日		
									28日	菜めしごはん 豚肉の甘辛炒め 黒豆 ほうれん草のソテー 大根の紅白マヨサラダ キウイフルーツ	米、菜めし 豚肉、もやし、玉葱、しょうゆ、本みりん、上白糖、米サラダ油 黒豆 ほうれん草、米サラダ油、食塩、ホワイトペーパー 大根、エッグケア、人参、かに風味フレーク、上白糖、食塩 キウイフルーツ
									29日	麦ごはん 豚すき丼 ヤクルト	米、米粒麦 豚肉、玉葱、白菜、しらたき、人参、しょうゆ、本みりん、酒、上白糖 ヤクルト
									30日	ごはん ごま照りチキン ブロッコリー ソースやきそば プチシュークリーム 白菜と人参のり和え	米 鶏肉、しょうゆ、いりごま白、上白糖、本みりん、片栗粉、しょうが ブロッコリー、ごま油、食塩 蒸し鶏、キャベツ、豚挽肉、玉葱、焼きそばソース、米サラダ油、食塩、ホワイトペーパー プチシュークリーム 白菜、人参、しょうゆ、上白糖、のり
									31日		