



# 1月献立表



社会福祉法人 常盤会

ときわ保育園

2023年

日付	9時	給食	3時
4(水)	ドーナツ 牛乳	カレーライス	肉まん風蒸しパン スキムミルク
5(木)	クッキー 牛乳	おにぎり 豚汁 ミカン缶	キャロットケーキ スキムミルク
6(金)	りんご 牛乳	ひじき御飯 親子うどん ほうれん草小魚和え バナナ	ごまラスク スキムミルク
7(土)	バナナ 牛乳	七草がゆ 鮭の塩焼き 豚マヨサラダ みかん	袋菓子
9(月)	<b>成人の日</b>		
10(火)	せんべい 牛乳	ごはん 鯛の香草焼き 根菜みそ汁 ささみサラダ みかん	スノーボール スキムミルク
11(水)	バナナ 牛乳	ごはん 鶏肉のアップルソース かぶのみそ汁 エッグサラダ	芋かりんとう スキムミルク
12(木)	みかん	ふりかけごはん ちゃんぽん ちくわナムル バナナ	フレンチトースト スキムミルク
13(金)	チーズ 牛乳	麦ごはん 鮭の西京焼き すまし汁 ポテトサラダ りんご	豆乳きな粉まんじゅう スキムミルク
14(土)	バナナ 牛乳	ハヤシライス シーザー風サラダ みかん	袋菓子
16(月)	みかん	麦ごはん 鶏肉の和風ピカタ 白菜豆乳スープ 味覚サラダ 黄桃缶	きなこ団子 スキムミルク
17(火)	ビスケット 牛乳	ごはん すりみ揚げ 大根みそ汁 マカロニサラダ	フルーツヨーグルト
18(水)	バナナ 牛乳	ごはん みそラーメン ソーセージ天ぷら ほうれん草ソテー チーズ	シリアルクッキー スキムミルク
19(木)	ウエハース 牛乳	全粒粉パン クリームシチュー 豆腐とチーズの卵焼き ウインナー	蒸しパン スキムミルク
20(金)	カステラ 牛乳	麦ごはん 鯛のあんかけ 厚揚げとじゃが芋のみそ汁 コールスローサラダ みかん	バナナケーキ スキムミルク
21(土)	ふ菓子 牛乳	プルコギ丼 中華和え パイン缶	袋菓子
23(月)	丸ボーロ 牛乳	ごはん お魚ハンバーグ 白菜のみそ汁 ポテト炒め バナナ	ぼんシリアルバー スキムミルク
24(火)	バナナ 牛乳	麦ごはん 鶏肉からあげ しめじのみそ汁 ピーナッツ和え ミカン缶	メロンパン スキムミルク
25(水)	みかん	ごはん にゅうめん <b>浦上そぼろ(郷)</b> ししゃも焼き	芋まんじゅう スキムミルク
26(木)	おこし 牛乳	ごはん 鮭のムニエル 中華スープ なめたけ和え りんご	ゼリー
27(金)	バナナ 牛乳	やさいパン ポトフ れんこんきんぴら いら卵 オレンジ	レーズンクッキー スキムミルク
28(土)	ドーナツ 牛乳	根菜カレー スパゲティサラダ バナナ	袋菓子
30(月)	バナナ 牛乳	麦ごはん 鯛のピザ焼き 肉団子スープ <b>海草サラダ</b>	さつま芋マフィン スキムミルク
31(火)	せんべい 牛乳	ごはん 野菜のかき揚げ 豆腐のみそ汁 たらもポテト チーズ	フルーツヨーグルト



\* 園の都合で献立が変更する場合があります

\* 25(水)浦上そぼろ 長崎郷土料理

\* 新メニュー 30(月)海草サラダ

☐ は手作りおやつです

