



献立表

佐賀市立川原保育所

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 水	ごはん チリ・コン・カンスープ 魚の照り焼き 南瓜の天ぷら	米、じゃがいも、 三温糖、油、 てんぷら粉	牛乳、さわら、大豆水 煮、豆乳、ベーコン、パ ター	南瓜、玉葱、トマト、 人参、出し昆布、パセ リ、しょうが	牛乳 小豆パイ
2 木	ごはん ミートボール 胡麻和え ジャーマンポテト (追加) コンソメスープ	米、じゃが芋、油、 パン粉、すりごま、	合ミンチ、ウインナー、 卵、	玉葱、胡瓜、茄子、 もやし、人参、パセリ、 玉葱、しょうが、しめ じ、出し昆布、 クリームコーン缶、	焼きそば
3 金	ちらし寿司 南瓜サラダ 鶏肉の香味揚げ そうめん汁	米、そうめん、油、 マヨネーズ、片栗粉、 小麦粉、すりごま、 三温糖、	鶏肉、ハム、かまぼこ、 かつお節、卵、バター、 さくらでんぶ	南瓜、胡瓜、玉葱、 こねぎ、出し昆布、 にんにく、しょうが、 干しいたけ、蓮根、 人参、かんぴょう	ミルージュ クッキー 
4 土	カレーうどん チーズ	ゆでうどん、じゃがい も、片栗粉	チーズ、牛肉、かつお節	玉葱、人参、ねぎ、 出し昆布	パン
6 月	つくねうどん 納豆サラダ 粉吹き芋	ゆでうどん、じゃが芋、 マヨネーズ、片栗粉、 三温糖	鶏肉、納豆、丸天、 かまぼこ、チーズ、卵、 かつお節	胡瓜、玉葱、ほうれん 草、大根、人参、ねぎ、 出し昆布、干しいた け、あおのり	スパムおにぎり
7 火	ごはん ナポリタンスパゲティ 豆腐のキッシュ 茄子の味噌汁	米、スパゲティ	豆腐、厚揚げ、ベー コン、卵、みそ、ツナ缶、 ピザ用チーズ、煮干 し、粉チーズ、スキミ ルク	玉葱、茄子、人参、 トマト、トマトピュー レ、マッシュルーム、し めじ、ピーマン、ねぎ、 出し昆布、にんにく、 パセリ	牛乳 ドーナツ
8 水	ごはん 南瓜の味噌汁 豚肉のマリネ じゃが芋チーズ焼き	米、じゃがいも、三温 糖、片栗粉	豚肉、みそ、煮干し、 ピザ用チーズ、うす揚げ	玉葱、南瓜、人参、 赤パプリカ、黄パプリ カ、出し昆布、パセリ、 若布	オレンジゼリー
9 木	ごはん 豚カツ ごま酢和え 五目きんぴら (追加) 味噌汁	米、糸こんにゃく、 パン粉、油、小麦粉、 すりごま、三温糖、 ごま油	豚肉、卵、牛肉、みそ、 豆腐、うす揚げ、 煮干し	胡瓜、蓮根、ごぼう、 人参、若布、こねぎ、 玉葱、出し昆布	牛乳 バナナロール
10 金	ごはん 大豆と昆布の煮物 鮭のグリーンソース かき卵汁	米、板こんにゃく、 マヨネーズ、ふ、三温 糖、片栗粉	鮭、鶏肉、大豆水煮、 豆腐、卵、丸天、 かまぼこ、かつお節	玉葱、人参、ごぼう、 胡瓜、ねぎ、切昆布、 出し昆布、干しいたけ	牛乳 豆乳もち
11 土	混ぜごはん チーズ	米、板こんにゃく、三温 糖	チーズ、鶏肉、丸天、 かまぼこ	ごぼう、人参、 干しいたけ	パン
13 月	きつねうどん ポテトサラダ 白菜の卵とじ	米、ゆでうどん、 じゃがいも、マヨネー ズ、三温糖	卵、うす揚げ、丸天、 ハム、かまぼこ、 スキミルク、 かつお節	胡瓜、玉葱、人参、 白菜、こねぎ、出し昆 布、干しいたけ	人参おにぎり
14 火	ごはん ビーフンソテー レバじゃが 南瓜のポタージュ	米、じゃがいも、 ビーフン、三温糖	鶏レバー、豚肉、 丸天、生クリーム、 かまぼこ	玉葱、南瓜、キャベツ、 もやし、人参、ピーマ ン、出し昆布、パセリ、 干しいたけ	フルーツポンチ
15 水	ごはん ミネストローネ 魚の天ぷら コロコロ胡瓜	米、じゃがいも、油、 マカロニ、てんぷら粉、 三温糖、黒ごま、ごま油	たい、ベーコン、 	胡瓜、トマト、玉葱、 キャベツ、人参、 出し昆布	牛乳 利休まんじゅう
16 木	ごはん 大豆と豚肉のかき揚げ 茄子ピザ 拌三絲 (追加) すまし汁	米、油、片栗粉、小麦 粉、はるさめ、三温糖、 ごま油、オリーブ油	豚肉、大豆水煮、 ちくわ、ピザ用チーズ、 卵、かまぼこ、かつお節	茄子、キャベツ、 いんげん、人参、玉葱、 出し昆布、若布、 えのきたけ	豆乳ココア味 とうもろこし