

1月献立予定表

みそらこども園

日/曜	昼食	未満児おやつ		主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)		熱どかになるもの	油や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
04 (水)	お弁当の日	野菜ジュース 三色ゼリー					
05 (木)	麦ごはん 豚肉と厚揚げの甘辛煮 きゅうりの昆布あえ キャベツスープ	紫の野菜ジュース ☆牛乳かん					
06 (金)	七草粥 春雨のチャブチュエ 白菜のごま酢和え ★ビシソワーズ	オレンジジュース 牛乳 ☆白いクッキー	米、じゃがいも、小麦粉、グラニュー糖、砂糖、はるさめ、ごま油	牛乳、牛肉、バター、生クリーム、脱脂粉乳、アーモンド、バター、煮干し、花かつお、ごま	たまねぎ、パイナップル、はくさい、もやし、七草、しめじ、にんじん、にら、アガー	酒、酢、しょうゆ、みりん、コンソメ、トウバンジャン、おろしにんにく、おろししょうが、パセリ粉、こしょう、塩	
07 (土)	ごはん 中華風ローストチキン れんこんのおかか煮 けんちんみそ汁	牛乳 N1ヨーグルト	米、サトイモ、こんにゃく、こんにゃく、砂糖、ごま油	鶏肉、豆腐、味噌、油揚げ、煮干し、かつおパック、ごま	みかん、たまねぎ、れんこん、だいこん、ごぼう、にんじん、小ねぎ	しょうゆ、みりん、おろししょうが、しょうゆ、おろしにんにく	
10 (火)	麦ごはん ★チーズハンバーグ きのこの梅和え コロコロスープ	紫の野菜ジュース 牛乳 ★チョコチップマフィン	米、じゃがいも、砂糖、上新粉、油、小麦粉、押麦、パン粉	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、牛乳、チーズ、チーズ、脱脂粉乳、ツナ缶、いりこ	たまねぎ、アセロラジュース、にんじん、えのきたけ、きゅうり、しめじ、アガー、うめ干し、梅肉	ケチャップ、コンソメ、薄口しょうゆ、パセリ粉、ほんだし、塩	
11 (水)	肉うどん キャベツのサラダ レバーのオレンジ煮 果物	スポロン 牛乳 ☆ぜんざい	うどん、もち、砂糖、油、さつまいも、はちみつ	牛乳、鶏レバー、牛肉、小豆、なるど、煮干し、花かつお	キウイフルーツ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、マーマレードジャム、にんじん、コーン、小ねぎ、わかめ、バナナ	しょうゆ、酒、しょうゆ、酢、みりん、薄口しょうゆ、おろししょうが、塩、こしょう	
12 (木)	雑穀ごはん 魚のマヨネーズ焼き ビーフンのソテー かぼちゃとじゃが芋のみそ汁	リンゴジュース ヤクルト ★練乳ミルクパン	米、小麦粉、じゃがいも、マヨネーズ、ごっこく、ビーフン、パン粉、砂糖、油、粉糖、ごま油	魚、味噌、牛乳、コンデンスミルク、油揚げ、ベーコン、煮干し、チーズ、バター、卵、脱脂粉乳、白身魚	バナナ、たまねぎ、かぼちゃ、ごま、にんじん、キャベツ	酒、薄口しょうゆ、ドライイースト、塩、コンソメ、こしょう	
13 (金)	もち麦ごはん 手羽元のさっぱり煮 甘酢れんこん ★コーンスープ	牛乳 牛乳 ★黒糖蒸しパン	米、小麦粉、砂糖、黒砂糖、押麦、油	牛乳、牛乳、鶏肉、低脂肪、脱脂粉乳、ハム	野菜ジュース、クリームコーン、たまねぎ、コーン、れんこん、きゅうり、アガー	酢、酒、しょうゆ、コンソメ、さしみ醤油、おろしにんにく、おろししょうが、パセリ粉	
14 (土)	ごはん 八宝菜 ★かぼちゃサラダ アーモンドいりこ	牛乳 プリン	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	豚肉、いりこ、アーモンドダイス、脱脂粉乳	はくさい、たまねぎ、マンゴージュース、たけのこ、かぼちゃ(えびす)、にんじん、きくらげ、コーン、アガー	酒、しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、こしょう、塩	
16 (月)	焼きそば フレンチサラダ 吉野汁 いりこ	野菜ジュース 牛乳 ☆昆布おにぎり	中華めん、米、さといも、油、片栗粉、油	牛乳、豚肉、えび、かまぼこ、油揚げ、煮干し、花かつお、いりこ	オレンジ、玉ねぎ、もやし、キャベツ、レタス、にんじん、きゅうり、しいたけ、ねぎ、塩こんぶ、コーン、のり	ソース、酢、焼きそばソース、しょうゆ、塩、こしょう	
17 (火)	麦ごはん 魚の西京焼き 白菜のしらす和え ★カリフラワーのポタージュ	ぶどうジュース 牛乳 ☆きなこブッセ	米、じゃがいも、押麦、小麦粉、はちみつ、グラニュー糖、マーガリン、砂糖、粉糖	牛乳、魚、牛乳、卵、脱脂粉乳、みそ、きな粉、しらす干し、ハチ味噌、白身魚	キウイフルーツ、はくさい、カリフラワー、たまねぎ、もやし、にんじん、パセリ、バナナ	みりん、しょうゆ、酒、コンソメ、しょうゆ、塩、こしょう	
18 (水)	ごはん ★ミートドリア キャベツのナムル かきたまスープ	リンゴジュース 牛乳 ☆黒ゴマドーナツボール	米、白玉粉、砂糖、小麦粉、ごま油、油	牛乳、牛乳、卵、豚ひき肉、牛ひき肉、チーズ、バター、脱脂粉乳、すりごま、いりこ	野菜ジュース、たまねぎ、えのきたけ、キャベツ、にんじん、もやし、チンゲンサイ、きゅうり、アガー、カットトマト缶	ケチャップ、薄口しょうゆ、コンソメ	
19 (木)	雑穀ごはん 鶏肉の唐揚げ おろし和え 春雨とコーンのスープ	牛乳 ヤクルト ☆おふラスク	米、マーガリン、片栗粉、グラニュー糖、糖、ごっこく、はるさめ、油、砂糖	鶏肉、いりこ、ごま	みかん、たまねぎ、きゅうり、だいこん、にんじん、コーン、りんご	しょうゆ、酢、薄口しょうゆ、みりん、酒、おろししょうが、おろしにんにく、カレー粉	
20 (金)	麦ごはん 肉豆腐 じゃがいもサラダ チーズ	オレンジジュース 牛乳 ☆丸ぼうろ	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、押麦、油、はちみつ	牛乳、豆腐、豚肉、みそ、卵	バナナ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん	酒、みりん、酢、薄口しょうゆ、ほんだし、おろししょうが、塩、こしょう	

★はスキムミルクを使用しています。

■は新メニューです。

・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。

日/曜	昼食	未満児おやつ		主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)		熱どかになるもの	油や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
21 (土)	ごはん 鶏肉のてりやき 根菜サラダ ★青梗菜のミルクスープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳	ぶどうジュース、たまねぎ、ごぼう、えのきたけ、チンゲンサイ、れんこん、きゅうり、にんじん、アガー	薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、コンソメ、酒、みりん、おろししょうが、おろしにんにく、塩、こしょう	
23 (月)	麦ごはん 牛肉の焼き肉 中華和え あおさのみそ汁	紫の野菜ジュース 牛乳 ☆へこやき	米、小麦粉、黒砂糖、砂糖、押麦、油、はるさめ、ごま油	牛乳、牛肉、牛乳、味噌、卵、煮干し、かつおパック	メロンジュース、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、パプリカ、パプリカ、ピーマン、にんじん、アガー、のり	焼き肉のたれ、酢、しょうゆ、みりん、しょうゆ	
24 (火)	雑穀ごはん ハワイアンボークソテー 大根のなめたけ和え かぶのスープ	野菜ジュース 牛乳 ★マープルパウンド	米、砂糖、小麦粉、ごっこく、ごま油	牛乳、豚肉、鶏レバー、バター、脱脂粉乳	キウイフルーツ、かぶ、たまねぎ、きゅうり、だいこん、にんじん、なめたけ、パイナップル、ごまつな、にんにく、しょうが、バナナ	酒、しょうゆ、みりん、ケチャップ、ソース、オスターソース、おろしにんにく、こしょう	
25 (水)	ゆかりごはん 魚のピリ辛みそ煮 和風コールスロー 五目汁	リンゴジュース 牛乳 ☆ごませんべい	米、小麦粉、砂糖、こんにゃく、マヨネーズ、押麦、小麦粉、油	牛乳、白身魚、卵、ごま、脱脂粉乳、油揚げ、ハチ味噌、みそ、煮干し、花かつお、ツナ缶	野菜ジュース、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、コーン、小ねぎ、アガー	薄口しょうゆ、みりん、めんつゆ、酒、しょうゆ、おろししょうが、トウバンジャン、塩、こしょう	
26 (木)	ナポリタン 豆苗とハムのサラダ ★大豆のカレースープ いりこ	牛乳 ヤクルト ★ポパイカップケーキ	スパゲティ、小麦粉、じゃがいも、砂糖、グラニュー糖、油、オリーブ油	牛乳、だいたい水、ベーコン、牛乳、脱脂粉乳、生クリーム、ハム、卵、バター、チーズ、いりこ	たまねぎ、カットトマト缶、ピーマン、きゅうり、ほうれんそう、レタス、トウモロコシ、にんじん、もも、みかん、パイナップル、きょうな、アガー	ケチャップ、酢、コンソメ、おろしにんにく、しょうゆ、カレー粉、パセリ粉、塩、こしょう	
27 (金)			ぶどうジュース スポロン お菓子				
28 (土)	ごはん ビーフシチュー 春雨マヨサラダ エビシュウマイ	牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、はるさめ、マヨネーズ、油	牛肉、ツナ缶、バター	バナナ、たまねぎ、しめじ、きゅうり、にんじん	ルウ(ビーフシチュー)、ケチャップ、ソース、濃口しょうゆ、酢、しょうゆ	
30 (月)	☆シーフード混ぜごはん 牛肉とじゃが芋の中華炒め グリーンサラダ すりながし汁	野菜ジュース 牛乳 ☆よりより	米、ながいも、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油、黒砂糖、ごま油	牛乳、シーフードミックス、牛肉、ごま、卵、カルピス、バター、煮干し、花かつお、いりこ	たまねぎ、だいこん、にんじん、えのきたけ、レタス、きゅうり、パプリカ、プロッコリー、小ねぎ、アガー	しょうゆ、コンソメ、しょうゆ、酢、みりん、酒、中華だし、おろししょうが、塩、こしょう	
31 (火)	ごはん 魚の青のり揚げ もやしのナムル しいたけと卵のスープ	牛乳 牛乳 ☆コーンとじゃこのおやき	米、小麦粉、油、ごま油、砂糖	牛乳、魚、卵、かま、しらす干し、白身魚	みかん、たまねぎ、もやし、コーン、にんじん、チンゲンサイ、しいたけ、きゅうり、あおのり	酒、しょうゆ、パセリ粉、おろしにんにく、おろししょうが	

まんまる一おより

4日(水)は、
お弁当の日です。
準備をおねがいします。



冬に多いノロウイルス

ノロウイルスによる食中毒は冬に多発します。嘔吐や下痢など、症状が直ぐに現れます。感染経路は、食品や食器、調理器具、手洗い、お風呂、おむつ、おしり拭き、おむつ交換などです。予防のためには、食中毒防止として、食品の加熱、調理器具の消毒、手洗いを徹底しましょう。