



1月ようちえんメニュー

あたらしいとしがはじまるよ
たのしいことがたくさんあるかな！



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

ハンバーグデミグラスソース
フライドポテト
ビーンズサラダ

加リー 428kcal
たんぱく質 11.7g

5日 シーフードカレー
シェルマカロニサラダ
ブチケーキメープル

加リー 438kcal
たんぱく質 14.2g

6日 鶏照り焼き
ウイナー
ビーフソテー

加リー 452kcal
たんぱく質 14.9g

7日 サバの塩焼き
チキンナゲット
遠征のソテー

加リー 440kcal
たんぱく質 14.7g

8日 富士山コロッケ
もやしピーマンのソテー
ツナコーン和え

加リー 437kcal
たんぱく質 8.9g

成人の日

12日 背ヒラスのゴマ焼き
ポークシューマイ
青豆とコーンのお浸し

加リー 417kcal
たんぱく質 21.1g

13日 わかめご飯
豚肉入りコロッケ
いんげんとベーコンのソテー
シーフードサラダ

加リー 422kcal
たんぱく質 13.9g

14日 黒砂糖コッパン
デミグラスポーク
のり塩ポテト
カナカマキャベツサラダ

加リー 445kcal
たんぱく質 13.4g

15日 さわら味噌マヨ焼き
スマイルポテト
切干大根ソテー

加リー 455kcal
たんぱく質 14.3g

オニオンコッパン
プレーンオムレツ
ホタテフライ
焼きそば

加リー 446kcal
たんぱく質 13.3g

19日 鶏の唐揚げ
いんげんおおか和え
ひじきの炒り煮

加リー 445kcal
たんぱく質 15.9g

20日 鮭の照り焼き
厚焼き卵
もやしの磯辺和え

加リー 414kcal
たんぱく質 17.3g

21日 バーガーパン
ハンバーグおろしソース
ブロッコリーの生巻和え
チキンビーンズ

加リー 412kcal
たんぱく質 13.7g

22日 炊き込みご飯
かぼちゃグラタン
ミニフランク
人参かまぼこ

加リー 443kcal
たんぱく質 9.2g

背割りコッパン
サバの西京漬け揚げ
キャベツのナムル
モロこめじゅが

加リー 430kcal
たんぱく質 11.7g

24日 豚肉の生姜炒め
ポイルもやし
海の野菜のサラダ

加リー 420kcal
たんぱく質 13.0g

27日 エビフライ
ジャンボミートボール
マカロニナポリタン

加リー 413kcal
たんぱく質 10.0g

24日 バインコッパン
チキンメンチ
金平ごぼう
カリフラワーサラダ

加リー 452kcal
たんぱく質 8.2g

29日 キーマカレー
ブロッコリーのツナ和え
バイン缶

加リー 422kcal
たんぱく質 11.7g



★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。
★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召し上がり下さい。
★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導致さい。
★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

給食センターからのお願いです。

お使いになられる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。
スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと
迷子の際お戻ししやすくなります。ご協力お願い致します。

食事で
免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症
が流行する季節。まずは体をあ
たためる料理で体温を上げましょ
う。

ビタミン、ミネラルの多い
食材…緑黄色野菜や果物

発酵食品…納豆、味噌、ヨー
グルトなど

●お問い合わせ●

協同組合 多摩給食センター

羽村市神明台2-5-26
TEL 042-554-1002

独立・篠葉 管理栄養士 小針
FAX 042-554-1213