

2020年01月

献立表

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等	幼稚園給食 提供有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
04 土		弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参				クッキー等 水筒 ㊦持参おやつ	ゼリー等 水筒 ㊦持参おやつ		冬休み ↓
06 月	牛肉の香味炒め 白菜のごま和え みそ汁	油、砂糖、米	油揚げ、味噌、牛肉、ごま	はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうが、しいたけ、こまつな	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	はとむぎおこし ●牛乳	源氏パイ ●牛乳		
07 火	●鮭の塩焼き ㊦魚(牛肉ソテー) ☆れんこんサラダ ㊦魚、卵 七草がゆ	米、砂糖、☆マヨネーズもち(以上児)	☆ツナ缶、●鮭、ごま	れんこん、ほうれんそう、にんじん、だいこん、しゅんぎく、こまつな、きゅうり、かぶ	酢、食塩、酒、しょうゆ ☆ごまドレッシング かつお・昆布だし汁	紫いもチップ ●牛乳	★●ごまの ポロポロクッキー ㊦卵、乳 ●牛乳		有
08 水	☆豆腐のまさご揚げ ㊦甲殻類 いんげんのごま和え みそ汁	油、片栗粉、砂糖 さつまいも、米	油揚げ、味噌、豚ひき肉 しぼり豆腐、ごま、☆えび	みつば、にんじん、たまねぎ、いんげん	食塩、酒、煮干しだし汁・ かつおだし汁、しょうゆ	ふ菓子 ●牛乳	●洋梨タルト ㊦卵、乳 ●牛乳		無
09 木	ゆかりご飯 ●クリームシチュー ㊦乳(煮物) フレンチサラダ りんご	油、砂糖、じゃがいも、 米	鶏肉、●牛乳	りんご、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、きゅうり、キャベツ、ゆかり	酢、食塩、こしょう ●シチュールウ	きな粉ウエハース ●牛乳	星たべよ ●牛乳	3歳児のみ 食育 (フォーク)	有
10 金	●鯖のみそ煮 ㊦魚(鶏の甘煮) ほうれん草のおひたし ☆すまし汁 ㊦卵、魚	砂糖、米	味噌、●さば、☆かまぼこ かつお節	みつば、ほうれんそう、にんじん、だいこん、しょうが	食塩、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	ポリコーン ●牛乳	ぼたぼた焼き りんごジュース		有
11 土	パン 牛乳 ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					せんべい等 水筒 ㊦持参おやつ	クッキー等 水筒 ㊦持参おやつ		無
14 火	☆煮込みハンバーグ ㊦卵、乳 ●ほうれん草のツナマヨ和え ㊦魚、卵(青じそ味) いよかん	砂糖、●マヨネーズ パン粉、米	☆卵、合挽きミンチ ☆牛乳 ●ツナ缶	にんじん、トマトピューレ、 たまねぎ、もやし、ほうれん草、キャベツ、いよかん	食塩、しょうゆ、こしょう、 ケチャップ、ウスターソース	ふわふわチップ ●牛乳	★お好み焼き お茶	フォーク	有
15 水	鶏肉の照焼き 黒豆 なます すまし汁	油、砂糖、米	油揚げ、絹ごし豆腐 鶏肉、ごま、黒豆	みつば、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが	酢、食塩、酒、みりん、 しょうゆ、かつお・昆布だし汁	野菜スティック ●牛乳	●コロン ㊦卵、乳 ●牛乳		無
16 木	●ビーフカレー ㊦乳(肉じゃが) ☆ハムサラダ ㊦卵、乳 みかん	油、米、砂糖、じゃがいも	牛肉、☆ハム	みかん、にんじん、たまねぎ、 グリーンピース、きゅうり、 キャベツ	酢、食塩、こしょう ●カレールウ	味付けいりこ ●牛乳	●ふんわり厚切りロール ㊦卵、乳 ●牛乳	誕生会 フォーク	有
17 金	●ツナ入り卵焼き ㊦卵、魚(ハンバーグ) きんぴらごぼう みそ汁	砂糖、ごま油、おつゆ麩 米	●卵、油揚げ、味噌 豚ひき肉 ●ツナ缶、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 ごぼう、カットわかめ	煮干しだし汁・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	ひじきあられ ●牛乳	★●ピザトースト ㊦乳 ●牛乳		有
18 土	パン 牛乳 ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					ゼリー等 水筒 ㊦持参おやつ	ラスク等 水筒 ㊦持参おやつ		無
20 月	味噌煮込みうどん ●じゃこの佃煮 ㊦魚(味付けのり) 小松菜のごま和え ミニデザート (すりおろしりんご)	砂糖、うどん、米	味噌、鶏肉、ごま ●じゃこの佃煮	ねぎ、にんじん、だいこん、 しいたけ、こまつな	煮干しだし汁・かつおだし汁、 しょうゆ	ソフトせんべい ●牛乳	●ハーベスト ㊦乳 ●牛乳		有
21 火	焼肉 もやしスープ バナナ	油、米	牛肉、ベーコン	もやし、ピーマン、バナナ、 にんじん、たまねぎ、キャベツ、 ねぎ	中華粒、食塩、しょうゆ、 焼肉のたれ	小魚スナック ●牛乳	★●じゃこラスク ㊦卵、魚 ●牛乳		有
22 水	●鮭のマヨネーズ焼き ㊦卵、魚(鶏の照焼き) ☆ブロッコリーサラダ ㊦魚 オニオンスープ	油、小麦粉 ●マヨネーズ、米、砂糖	ベーコン、☆ツナ缶 ●さけ	ブロッコリー、にんじん、 たまねぎ、コーン缶	酢、食塩、しょうゆ、コンソメ、 こしょう	セサミラスク ●牛乳	アンパンマンの揚げせん ●牛乳		無
23 木	☆かぶのミルク煮 ㊦乳 ほうれん草ソテー 味付けのり みかん	油、米	鶏肉、☆牛乳、☆バター	味付けのり、みかん、ほうれん そう、ブロッコリー、にん じん、たまねぎ、しめじ、 コーン缶、かぶ、えのきたけ	食塩、コンソメ、こしょう	ミレービスケット ●牛乳	★大豆のおやき 野菜ジュース		有
24 金	肉豆腐の煮物 白菜の塩こぶ和え みそ汁	油、糸こんにゃく、砂糖 じゃがいも、米	油揚げ、味噌、焼き豆腐 牛肉、ごま	塩こんぶ、はくさい、ねぎ、 にんじん、たまねぎ、だい こん、きゅうり	煮干しだし汁・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	水族館クッキー ●牛乳	●かっぱえびせんミニ ㊦甲殻類 ●牛乳		有
25 土	パン 牛乳 ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					ゼリー等 水筒 ㊦持参おやつ	クッキー等 水筒 ㊦持参おやつ		無
27 月	●親子焼き ㊦卵(ハンバーグ) ゆかりあえ みそ汁	油、砂糖、さつまいも、 米	●卵、味噌、鶏ひき肉	みつば、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、キャベツ	食塩、煮干しだし汁・か つおだし汁、しょうゆ、ゆ かり	赤ちゃんせんべい ●牛乳	★フライドポテト ●牛乳		有
28 火	●さわらのごま味噌焼き ㊦魚(鶏のごま味噌焼き) ☆ひじき炒り煮 ㊦魚 のっぺい汁	油、片栗粉、砂糖 さといも、米	味噌、鶏肉、☆ちくわ 大豆、●さわら、ごま	ひじき、ねぎ、にんじん、 だいこん、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、か つお・昆布だし汁	0歳児・1歳児 玄米ぼんぼー等 2歳児 マリービスケット (カナッペ) ●牛乳	丸大豆せんべい ●牛乳	2歳児のみ 食育	有
29 水	わかめご飯 ミネストローネ ブロッコリーサラダ でこぼん	油、砂糖、マカロニ、米	鶏肉	ブロッコリー、にんじん、 トマトジュース缶、でこぼん、 たまねぎ、コーン缶、キャ ベツ、混ぜ込みわかめ	酢、食塩、コンソメ、こし ょう、ケチャップ	キヌアかりんとう ●牛乳	★おはぎ お茶	フォーク	無
30 木	●赤魚の照焼き ㊦魚(鶏の照り焼き) ☆磯和え ㊦卵、魚 みそ汁	米	油揚げ、味噌、☆かまぼ こ ●あかうお	もみのり、ほうれんそう、 ねぎ、にんじん、しょうが、 キャベツ	酒、煮干しだし汁・か つおだし汁、みりん、し ょうゆ	さかなの学校 ●牛乳	●エントリー ㊦乳 ●牛乳		有
31 金	肉団子のごまソースからめ ☆春雨サラダ ㊦卵、乳 チンゲン菜スープ	砂糖、はるさめ、ごま油、 米	ベーコン、☆ハム、ごま 肉団子	にんじん、チンゲンサイ、 たまねぎ、キャベツ	酢、食塩、しょうゆ、中華 粒、こしょう、ケチャップ、 ウスターソース	しょうゆおかき ●牛乳	●ココナッツサブレミニ ㊦乳 ●牛乳		有