

# 献 立 表

2022年01月

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	短時部 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				
06 木	高野豆腐の含め煮 かぶの塩こぼ和え さつまいものみそ汁	米、板こんにゃく、砂糖、さつまいも	油揚げ、味噌、高野豆腐、鶏もも肉、すりごま	水菜、干しいたけ、塩こんぶ、れんこん、ねぎ、にんじん、たまねぎ、かぶ	煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 うの花クッキー	お茶 サッポロポテト ベジタブルミニ		冬休み
07 金	牛肉の甘辛煮 ●いんげんのサラダ ⑦卵・魚(青じそ味) 七草がゆ	米、砂糖、つきこんにゃく、もち	牛肉、 ●ツナ缶、すりごま	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、だいこん、せり、しょうが、しゅんぎく、こまつな、かぶ、いんげん	食塩、酒、みりん、しょうゆ、 ●ごまドレッシング、かつお・昆布だし汁	●牛乳 さくふわせんべい	●牛乳 ●バニラロアノヌ ⑦卵・乳		有
08 土	全園児弁当・水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 あられ等 ⑦持参おやつ	水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
11 火	●さわらの味噌チーズ焼き ⑦乳・魚(鶏の塩焼き) ☆磯和え ⑦卵・魚 麩のすまし汁 バナナ	米、小麦粉、砂糖、 ●マヨネーズ、おつゆ 麩	●粉チーズ、 ●さわら、味噌 ☆かまぼこ	もみり、ほうれんそう、パナナ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しめじ	しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●牛乳 ごぼうスナック	お茶 干しいも		有
12 水	鶏肉のみぞれ煮 キャベツのごま和え みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖	味噌、鶏もも肉、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、キャベツ、カットわかめ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 こつぶじゃがあられ	●ヤクルト ⑦乳 味しらべ		無
13 木	焼き肉 高野豆腐のから揚げ スープ	油、片栗粉、米	高野豆腐、牛肉、ベーコン	もやし、にんじん、たまねぎ、しょうが、キャベツ	中華粒、食塩、酒、昆布だし汁、鶏ガラスープ、しょうゆ、こしょう、焼肉のたれ	●牛乳 ねじりん棒	●牛乳 ●★ツナトースト ⑦卵・乳・魚		有
14 金	ゆかりご飯 鶏肉の照焼き 黒豆 なます ●ちりめんの佃煮 ⑦魚(味付けのり) 豆腐のすまし汁	米、砂糖	油揚げ、絹ごし豆腐、鶏もも肉、ごま ●ちりめんの佃煮 黒豆	みつば、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが	酢、酒、みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁、食塩	●牛乳 玄米ぼんせん醤油味	●牛乳 ●エントリー ⑦乳		有
15 土	牛乳 ※全園児水筒持参 パン ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 あられ等 ⑦持参おやつ	水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
17 月	●ちくわの磯辺揚げ ⑦卵・魚(鶏の磯辺揚げ) 小松菜のごま味噌和え ☆すまし汁 ⑦卵・魚 フルーツミックス缶	油、米、砂糖、てんぷら粉	油揚げ、味噌、 ●ちくわ、すりごま、 ☆かまぼこ	もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、あおのり	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	●牛乳 キヌアかりんとう	●ミルージュ ⑦乳 ●ミニたべっこどうぶつ メープル味 ⑦乳		有
18 火	●はんぺん入り卵焼き ⑦卵・魚(野菜炒め) ☆わかめの酢の物 ⑦魚 きのこのみそ汁	米、砂糖	味噌、厚揚げ、 ●はんぺん、すりごま、 ☆かにかまぼこ ●卵	ねぎ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、きゅうり、カットわかめ、えのきたけ	酢、食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	●牛乳 さかなの学校	お茶 ★かるかん		有
19 水	わかめご飯 ●赤魚の照焼き ⑦魚(鶏肉の照り焼き) ☆れんこんきんぴら ⑦魚 みそ汁	油、米、砂糖	油揚げ、味噌、 ☆ちくわ、ごま、 ●あかうお	れんこん、ねぎ、にんじん、たまねぎ、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	●牛乳 しょうゆおかき	●牛乳 ●★アップルドーナツ ⑦卵・乳		無
20 木	肉豆腐の煮物 白菜のおかか和え 大根のみそ汁	油、米、糸こんにゃく、砂糖、じゃがいも 大根のみそ汁	油揚げ、味噌、焼き豆腐、牛肉、かつお節	水菜、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 スイートポリコーン	●牛乳 ポテコ		有
21 金	●チキンカレー ⑦乳(煮物) ☆スパゲティサラダ ⑦卵・乳 みかん	油、米、 ☆マヨネーズ、じゃがいも、 サラダ用スパゲティ	鶏もも肉、 ☆ハム	みかん、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、きゅうり	食塩、こしょう、 ●カレールウ	●牛乳 赤ちゃんせんべい	●牛乳 ●白バラシフォンケーキ ⑦卵・乳	誕生日会	有
22 土	牛乳 ※全園児水筒持参 パン ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 あられ等 ⑦持参おやつ	水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
24 月	●かれのいんげんあんかけ ⑦魚(鶏の甘酢あんかけ) ☆添え野菜+マヨネーズ ⑦卵 みそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、 ☆マヨネーズ	●かれのいんげん、味噌	ブロッコリー、ピーマン、はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ	酢、食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ、コンソメ、ケチャップ	●牛乳 はとむぎおこし	お茶 ★肉まん		有
25 火	かぼちゃのそぼろ煮 豚汁 りんご	油、片栗粉、米、砂糖	油揚げ、味噌、豚肉、 豚ひき肉	ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが、ごぼう、グリーンピース、かぼちゃ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 紫いもチップ	お茶 ★焼きそば	フオーク	有
26 水	●さわらの西京焼き ⑦魚(肉団子) いんげんのごま和え すまし汁	米、砂糖	油揚げ、味噌、すりごま、 ●さわら	ねぎ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、えのきたけ、いんげん	食塩、酒、みりん、しょうゆ、 かつお・昆布だし汁	●牛乳 きな粉ウエハース	●牛乳 ●キャラメルコーン ⑦乳		無
27 木	●ツナ入り卵焼き ⑦卵・魚(豚肉の炒め物) ☆切り干し大根煮 ⑦魚 豆乳みそ汁	米、砂糖	●卵、味噌、豆乳、 ●ツナ缶、 ☆ちくわ	切り干しだいこん、干しいたけ、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	●牛乳 ふわふわチップ にんじん味	●ヤクルト ⑦乳 ●ミニメロンパン ⑦卵・乳		有
28 金	菜っ葉ご飯 ●かぶのミルク煮 ⑦乳(ポトフ) カラフルサラダ パイナップル	油、米、砂糖	鶏もも肉、 ●牛乳、 ●バター	レッドキャベツ、ブロッコリー、パイナップル、にんじん、たまねぎ、しめじ、コーン缶、キャベツ、かぶ	酢、食塩、コンソメ、こしょう、しょうゆ	●牛乳 野菜スティック	●牛乳 ●白い風船 ⑦乳		有
29 土	牛乳 ※全園児水筒持参 パン ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 あられ等 ⑦持参おやつ	水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
31 月	●鯖のトマト煮 ⑦魚(鶏肉のトマト煮) 粉ふき芋 レタススープ	油、米、小麦粉、じゃがいも、砂糖	ベーコン、 ●さば	レタス、ホールトマト缶詰、にんじん、たまねぎ、あおのり	食塩、昆布だし汁、しょうゆ、 コンソメ、こしょう、ケチャップ	●牛乳 ごま入り味付けいりこ	●牛乳 ぱりんこ		有