

2020年1月

給食献立表

東かなまち保育園

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		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	
18 土	シーフードスパゲティ ・ひじきのサラダ	スパゲティ、米、じゃがいも、マヨネーズ、油	牛乳、ベーコン、いか、あさり、さけフレーク、えび、チーズ、ツナ油漬缶、粉チーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ひじき、レモン果汁	酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、コンソメ、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳100 小魚せんべい 牛乳 鮭とチーズのおにぎり
20 月	麦ごはん ・にら玉みそ汁 鮭とほうれん草のオイスターソース炒め	米、砂糖、押麦、小麦粉、油、三温糖	牛乳、さけ、卵、麦みそ、白みそ、バター	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、にら、バナナ、いちご、みかん缶、えのきたけ、にんにく	鳥がらだし汁、酒、オイスターソース、しょうゆ、キューソー、食塩、こしょう	牛乳100 ウエハース 牛乳 フルーツクラフティー
21 火	バターロール ・キャベツとコーンの豆乳スープ ウインナーのオムレット ブロッコリー	ロールパン、じゃがいも、米、油	卵、調製豆乳、ウインナー、鶏もも肉(皮付き)、チーズ、牛乳、油揚げ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、はくさい、コーン缶、だいこん、ほうれんそう、パセリ	煮干だし汁、鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 ビスケット 麦茶 変わり粥 チーズ(棒)
22 水	麦ごはん ・のっぺい汁 豆腐ハンバーグきのこソース サラダ菜	米、さといも、白玉粉、板こんにゃく、小麦粉、押麦、三温糖、油、植物油(揚げ吸油分)、パン粉、片栗粉	鶏ひき肉、木綿豆腐、絹ごし豆腐、鶏もも肉(皮付き)、卵、いわし(煮干し)、脱脂粉乳、粉チーズ	たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、まいたけ、しいたけ、えのきたけ、サラダ菜、万能ねぎ	煮干だし汁、しょうゆ、食塩、酒、みりん、こしょう	牛乳100 パイナップル缶 麦茶 ボンデケーキ
23 木	麦ごはん ・わかめスープ(えのきたけ) 厚揚げとキャベツの回鍋肉 小松菜ともやしのナムル	米、小麦粉、三温糖、押麦、ごま油、油	生揚げ、豚肉(こま)、卵、バター、牛乳、米みそ(赤色辛みそ)、ごま	こまつな、もやし、キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、ほうれんそう、ピーマン、にんじん、コーン缶、塩蔵わかめ、万能ねぎ	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 チーズ(棒) 麦茶 ほうれん草ケーキ
24 金	麦ごはん いちご ・みそ汁(なめこ・豆腐) 魚の照り焼き 大根サラダ	米、焼きそばめん、押麦、マヨネーズ、ごま油、油、三温糖	牛乳、さわら、木綿豆腐、ハム、豚肉(肩)、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、だいこん、いちご、なめこ、きゅうり、こまつな、にんじん、ピーマン、しょうが	煮干だし汁、ウスターソース、しょうゆ、本みりん	牛乳100 小魚せんべい 牛乳 焼きそば
25 土	ごはん ・ビーフシチュー トマトとわかめのサラダ	米、じゃがいも、オリーブ油、三温糖、油、ごま油、さつまいも(3歳未満児)、もち(3歳以上児)	牛肉、ゆであずき缶、しらす干し、バター	たまねぎ、トマト、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、きゅうり、トマトピューレ、カットわかめ	ハヤシルウ、酢、しょうゆ、食塩	牛乳100 みかん 麦茶 いもぜんざい
27 月	麦ごはん チンゲン菜のミルクスープ 酢豚	米、小麦粉、三温糖、片栗粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、油	牛乳、豚肉(ヒレ)、卵、ベーコン、脱脂粉乳、無塩バター	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ピーマン、コーン缶、しめじ、しょうが	鳥がらだし汁、ケチャップ、しょうゆ、酢、酒、食塩、こしょう	牛乳100 もも缶 牛乳 ココアケーキ
28 火	麦ごはん ・三平汁 豚肉のきのこ炒め	米、さつまいも、押麦、三温糖、油、ごま油	牛乳、豚肉(こま)、さけ、脱脂粉乳、ホイップクリーム、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ	えのきたけ、キャベツ、かぶ、しめじ、エリンギ、にんじん、にら、万能ねぎ、にんにく	昆布だし汁、本みりん、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 ビスケット 牛乳 さつま芋ホイップ
29 水	麦ごはん ・シャッキリみそ汁 牛肉の柳川煮 みかん	米、しらす干し、押麦、三温糖、油	牛乳、卵、牛肉(肩)、しらす干し、米みそ(赤色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、ごま	みかん、にんじん、もやし、たまねぎ、ごぼう、だいこん、かいわれだいこん、万能ねぎ	煮干だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 バナナ 牛乳 じゃこわかめおにぎり
30 木	ひじきの御飯 ・清汁(かまぼこ・わかめ) 魚のいかだ揚げ サラダ菜	米、小麦粉、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、黒砂糖、上新粉、油、砂糖	牛乳、かじき、調製豆乳、かまぼこ、卵、鶏もも肉、油揚げ、きな粉、ごま	たまねぎ、えのきたけ、いんげん、にんじん、サラダ菜、塩蔵わかめ、グリーンピース、ひじき、かんとん(粉)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳100 パイナップル缶 牛乳 きな粉よせ
31 金	バターロール ・鶏肉と南瓜のクリームシチュー ブロッコリーのサラダ	ロールパン、干しうどん、油、三温糖	調製豆乳、牛乳、鶏もも肉、鶏もも肉(皮付き)、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、だいこん、コーン缶、セロリー、万能ねぎ、干しいたけ	鳥がらだし汁、煮干だし汁、酢、しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳100 みかん 豆乳 みそうどん

※都合により献立を変更する場合があります。
 ※25日の昼食の主食はバターロールに変更になります。
 ※28日の午後おやつは誕生日ケーキに変更になります。