

1月の給食メニュー

	3・4・5歳児	食材	0・1・2歳児	食材
1/10(水)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・白菜のクリーム煮 ブロッコリーサラダ・みそ汁・漬物	白菜、人参、うすあげ、玉ねぎ、ひよこ豆、しめじ 大根、ブロッコリー、じゃこ、さつまいも、もずく	軟飯・ツナと野菜のとりみ煮 スティック人参・みそ汁	白菜、人参、うすあげ、玉ねぎ、ひよこ豆、ツナ 大根、ブロッコリー、さつまいも、もずく
手作りおやつ	ロシアンクッキー	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、いちごジャム	ロシアンクッキー	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、いちごジャム
1/11(木)	食パン・さつまいもサラダ 豆腐のスープ・いちごジャム	さつまいも、じゃがいも、玉ねぎ、人参 豆腐、わかめ、えのき、もやし、ねぎ	食パン・豆腐と野菜のとりみ煮 スティックさつまいも・スープ	さつまいも、じゃがいも、玉ねぎ、人参 豆腐、わかめ、えのき
手作りおやつ	ぜんざい	白玉粉、豆腐、砂糖、小豆、塩	小豆クッキー	小麦粉、片栗粉、砂糖、BP、小豆、油
1/12(金)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・サンマフライ ひじき煮・みそ汁・漬物	サンマ、ひじき、人参、うすあげ、糸こんにゃく 大豆、干しいたけ、玉ねぎ、豆腐、じゃがいも	軟飯・魚と野菜のとりみ煮 スティックじゃがいも・みそ汁	タイ、ひじき、人参、うすあげ 玉ねぎ、豆腐、じゃがいも
手作りおやつ	さつまいもケーキ	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、さつまいも	さつまいもケーキ	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、さつまいも
1/13(土)	塩ラーメン風 じゃがいものソテー	小松菜、人参、もやし、コーン じゃがいも、厚揚げ、干しいたけ	軟飯・野菜のとりみ煮 スティックじゃがいも	ツナ、玉ねぎ、人参、厚揚げ じゃがいも、キャベツ
1/15(月)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・魚のちゃんちゃん焼き ほうれん草のお浸し・みそ汁・漬物	タイ、玉ねぎ、人参、キャベツ、ほうれん草 えのき、もずく、じゃがいも	軟飯・魚と野菜のとりみ煮 スティックじゃがいも・みそ汁	タイ、玉ねぎ、人参、キャベツ、ほうれん草 えのき、もずく、じゃがいも、豆腐
1/16(火)	チャンポン風うどん 焼きいも	キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、たけのこ ねぎ、ニラ、さつまいも	野菜のとりみうどん スティックさつまいも	キャベツ、人参、玉ねぎ さつまいも、豆腐
手作りおやつ	ピラフおにぎり	白米、玉ねぎ、人参、グルテンバーガー、ほうれん草	ピラフおにぎり	白米、玉ねぎ、人参、ツナ、ほうれん草
1/17(水)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・洋風卵焼き ごぼうサラダ・みそ汁・漬物	卵、玉ねぎ、人参、豆腐、じゃがいも、ブロッコリー ごぼう、れんこん、水菜、さつまいも、うすあげ	軟飯・卵と野菜のとりみ煮 スティック人参・みそ汁	卵、玉ねぎ、人参、豆腐、じゃがいも ブロッコリー、さつまいも、うすあげ
手作りおやつ	レーズンスコーン	強力粉、小麦粉、BP、砂糖、豆乳、油、レーズン	レーズンスコーン	小麦粉、BP、砂糖、豆乳、油、レーズン
1/18(木)	コッペパン・豆コロッケ パンの日 白菜スープ・いちごジャム	じゃがいも、大豆、人参、玉ねぎ、キャベツ 白菜、大根、じゃがいも、ほうれん草	コッペパン・豆腐と野菜のとりみ煮 スティックじゃがいも・スープ	じゃがいも、豆腐、人参、玉ねぎ、キャベツ 白菜、大根、じゃがいも、ほうれん草
手作りおやつ	塩のりおにぎり	白米、のり、塩	のりおにぎり	白米、のり
1/19(金)	ハヤシライス 大根サラダ・漬物	牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ひよこ豆 じゃがいも、ブロッコリー、大根、ツナ	軟飯・鶏ミンチと野菜のとりみ煮 スティック大根・みそ汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、ひよこ豆 じゃがいも、ブロッコリー、大根
手作りおやつ	さつまいもあんぱん	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、さつまいも、小豆	さつまいもあんぱん	小麦粉、BP、砂糖、油、豆乳、さつまいも、小豆
1/20(土)	生活発表会			
1/22(月)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・鮭大根 小松菜の炒め煮・みそ汁・漬物	鮭、大根、人参、小松菜、豆腐 えのき、白菜、玉ねぎ	軟飯・魚と野菜のとりみ煮 スティック大根・みそ汁	鮭、大根、人参、小松菜、豆腐 えのき、白菜、玉ねぎ
手作りおやつ	かるかん	小麦粉、片栗粉、長芋、砂糖、BP、黒豆	蒸しまんじゅう	小麦粉、片栗粉、砂糖、BP、きなこ
1/23(火)	手作りお弁当の日			
1/24(水)	白ごはん・ロールカツ・白菜の中華煮 誕生会 みそ汁・果物・漬物	豚肉、白菜、人参、チンゲン菜、干しいたけ 玉ねぎ、豆腐、さつまいも、みかん	軟飯・鶏ミンチと野菜のとりみ煮 スティック人参・みそ汁・果物	鶏ミンチ、白菜、人参、チンゲン菜 玉ねぎ、豆腐、さつまいも、みかん
手作りおやつ	青のりかりんとう	青のり、小麦粉、BP、豆腐、油、砂糖、豆乳	青のりかりんとう	青のり、小麦粉、BP、豆腐、油、砂糖、豆乳
1/25(木)	食パン・野菜炒め パンの日 春雨スープ・いちごジャム	キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、ちくわ リンケツ、小松菜、春雨、わかめ	食パン・ツナと野菜のとりみ煮 スティック人参・スープ	キャベツ、玉ねぎ、人参、豆腐 小松菜、わかめ、ツナ
手作りおやつ	ごまと雑穀のおにぎり	白米、雑穀、ごま、塩	ごまおにぎり	白米、すりごま、塩
1/26(金)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・厚揚げステーキ ほうれん草のじゃこ和え・みそ汁・漬物	厚揚げ、白菜、人参、玉ねぎ、えのき、ほうれん草 もやし、じゃこ、じゃがいも、もずく	軟飯・厚揚げと野菜のとりみ煮 スティックじゃがいも・みそ汁	厚揚げ、白菜、人参、玉ねぎ、えのき、ほうれん草 じゃがいも、もずく
手作りおやつ	れんこんの蒸しパン	小麦粉、片栗粉、砂糖、BP、れんこん	人参蒸しパン	小麦粉、片栗粉、砂糖、BP、人参
1/27(土)	カレーピラフ みそ汁	玉ねぎ、人参、ちくわ、コーン チンゲン菜、豆腐、さつまいも	0・1・2歳児保育参観	
1/29(月)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・れんこんバーグ 千草煮・みそ汁・漬物	れんこん、人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 うすあげ、えのき、大根、白菜	軟飯・豆腐と野菜のとりみ煮 スティック大根・みそ汁	人参、玉ねぎ、豆腐、ほうれん草 うすあげ、えのき、大根、白菜
1/30(火)	もち(おにぎり) もちつき 豚汁、漬物	もち米、白米、きなこ、砂糖、白菜、人参 豚肉、大根、ごぼう、さつまいも、こんにゃく	野菜のとりみスバゲッティ スティックさつまいも	厚揚げ、玉ねぎ、人参、白菜、大根 さつまいも
手作りおやつ	おかかおにぎり	白米、かつおぶし、ごま、塩	おかかおにぎり	白米、かつおぶし、すりごま、塩
1/31(水)	玄米ごはん(雑穀ごはん)・アジの磯辺揚げ もやしサラダ・みそ汁・漬物	アジ、もやし、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、もずく、豆腐	軟飯・魚と野菜のとりみ煮 スティック人参・みそ汁	カレイ、人参、ブロッコリー、玉ねぎ もずく、豆腐
手作りおやつ	ほうれん草の焼きドーナツ	小麦粉、片栗粉、BP、豆乳、砂糖、油、ほうれん草	ほうれん草の焼きドーナツ	小麦粉、片栗粉、BP、豆乳、砂糖、油、ほうれん草