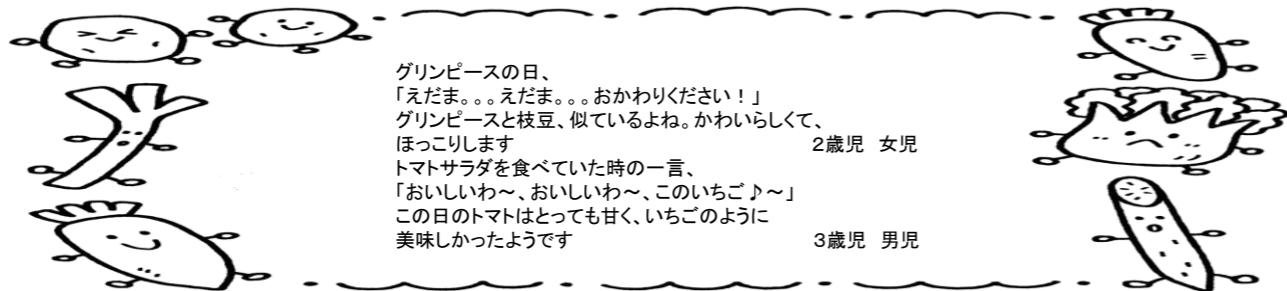


令和3年度 1月給食献立表

日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料
4 火	カレーライス 切干大根のサラダ デザート	米・強化米・ツナ・玉葱・人参・じゃが芋・ルウ・醤油 切干大根・コン・わかめ・酢・塩・ごま油 ゼリー	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳	19 水	ロールパン マカロニグラタン さつま芋のサラダ スープ フルーツ	ロールパン 鶏肉・えび・マカロニ・玉葱・人参・ブロッコリー・バター・米粉 牛乳・チーズ・コンソメ・塩・コショウ さつま芋・きゅうり・卵・酢・塩・コショウ・油 ほうれん草・コン・わかめ・パセリ・コンソメ・塩・コショウ りんご	お茶 ごはんのおやき	ほうじ茶 米・強化米・しらす 鰹節・青のり・醤油 塩
5 水	ごはん ◆筑前煮 ◆黒豆 ◆紅白なます すまし汁	米・強化米 鶏肉・ごぼう・蓮根・筍・椎茸・さやえんどう・こんにゃく だし・醤油・三温糖 黒豆・三温糖・醤油・塩・重曹 大根・人参・ゆず・ごま・酢・塩・三温糖 かぶ・三つ葉・かまぼこ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 鉄カルウエハース	普通牛乳	20 木	ごはん ウインナーの卵焼き ビーフンのサラダ 大根と豚肉の酒粕煮 すまし汁	米・強化米 ウインナー・卵・グリーンピース・塩・コショウ・醤油・ケチャップ ビーフン・人参・コン・きゅうり・きくらげ・酢・塩・醤油・ごま油 大根・豚肉・厚揚げ・しめじ・葱・酒粕・みそ・酒・塩 キャベツ・わかめ・ちくわ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 みかんゼリー	普通牛乳 オレンジジュース・三温糖 寒天・みかん缶
6 木	七草粥 ◆ぶりの照り焼き ◆松風焼き 白菜の浅漬け すまし汁	米・強化米・七草・塩 ぶり・生姜・醤油・みりん 鶏挽き肉・豆腐・葱・ひじき・ごま・卵・みそ・醤油・三温糖 白菜・ブロッコリー・だし・塩 切干大根・人参・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 おしるこ	普通牛乳 小豆・三温糖・塩 米粉	21 金	ごはん ぶり大根 フルーツサラダ チャプチェ	米・強化米 ぶり・大根・生姜・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・りんご・みかん缶・干しぶどう・マヨネーズ・塩・コショウ 牛肉・春雨・人参・エリンギ・ニラ・ニンニク・醤油・三温糖 みりん・塩・ごま油	牛乳 わらび餅	普通牛乳 わらび粉・きな粉 三温糖・塩
7 金	☆お誕生日会メニュー☆				22 土	みそ汁 ケチャップライス じゃが芋のごまサラダ スープ フルーツ	米・強化米 白菜・南瓜・葱・油揚げ・鰹節・昆布・みそ 米・強化米・豚挽き肉・玉葱・ピーマン・ケチャップ・塩・コショウ じゃが芋・人参・ちくわ・ごま・マヨネーズ・醤油 キャベツ・わかめ・葱・コンソメ・塩・醤油 バナナ	牛乳 ミルクスティック	普通牛乳
8 土	五目うどん ブロッコリーのサラダ フルーツ ビビンバ トマトとレタスのサラダ スープ フルーツ	うどん・鶏肉・人参・白菜・わかめ・かまぼこ・葱・椎茸 鰹節・昆布・醤油・みりん・片栗粉 ブロッコリー・パプリカ・レタス・コン・酢・塩・油 りんご 米・強化米・牛肉・人参・ほうれん草・豆もやし・ごま ニンニク・酢・醤油・三温糖・塩・ごま油 トマト・レタス・きゅうり・卵・マヨネーズ じゃが芋・グリーンピース・コンソメ・醤油・塩・コショウ みかん	牛乳 チーズケーキ	普通牛乳 クリームチーズ・ヨーグルト 生クリーム・卵・三温糖 小麦粉・レモン 普通牛乳	24 月	きのこスパゲティ 野菜サラダ スープ フルーツ	スパゲティ・ペ・コン・玉葱・人参・しめじ・えのき・エリンギ・ニンニク・のり バター・醤油・塩・コショウ 水菜・きゅうり・パプリカ・ささみ・マヨネーズ・醤油 キャベツ・玉葱・じゃが芋・コンソメ・醤油・塩 オレンジ	牛乳 ピザトースト	普通牛乳 食パン・ハム・玉葱・ピーマン ケチャップ・チーズ
11 火	パケット オムレツ ペンネソテー ほうれん草のポタージュ フルーツ	パケット 卵・ツナ・椎茸・葱・ひじき・塩・コショウ・ケチャップ ペンネ・トマト・パセリ・ニンニク・塩・コショウ・オリーブ油 ほうれん草・玉葱・バター・米粉・牛乳・コンソメ・塩・コショウ グレープフルーツ	お茶 おにぎり	ほうじ茶 米・強化米・鰹節 塩昆布・醤油	25 火	ごはん 牛肉のトマト炒め ほうれん草の梅和え 白菜の中華風あんかけ みそ汁	米・強化米 牛肉・トマト・玉葱・椎茸・さやえんどう・生姜・三温糖 酒・醤油・ケチャップ・塩・コショウ・中華だし・片栗粉・ごま油 ほうれん草・切干大根・しらす・ちくわ・梅干し・醤油 白菜・クリームコン缶・えのき・ニラ・人参・卵・酒・中華だし・塩・三温糖 醤油・コショウ・ごま油・片栗粉 南瓜・かぶ・葱・煮干・みそ	牛乳 ★クアライトート	普通牛乳 バナナ・上新粉・三温糖 豆乳・ごま・塩・油
12 水	ごはん 鯖の塩焼き しんごうピーマン炒め さつま芋のオレンジ煮 みそ汁	米・強化米 鯖・塩 ピーマン・パプリカ・しらす・刻み昆布・三温糖・醤油 さつま芋・オレンジジュース・三温糖・塩 豆腐・ほうれん草・わかめ・煮干・みそ	牛乳 りんご	普通牛乳 りんご	26 水	ごはん 鯖のゆず風味焼き 小松菜の炒め煮 南瓜の煮物 すまし汁	米・強化米 鯖・ゆず・醤油・三温糖 小松菜・人参・ひじき・パプリカ・油揚げ・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・醤油・三温糖 切干大根・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 焼き芋	普通牛乳 さつま芋
13 木	ごはん 高野豆腐の唐揚げ ★ヤン・ウン・セン みそ汁 フルーツ	米・強化米 高野豆腐・ニンニク・酒・醤油・三温糖・酢・片栗粉 春雨・豚挽き肉・えび・きゅうり・人参・赤玉葱・トマト・レモン・醤油・三温糖 チンゲンサイ・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・みそ もも缶	牛乳 フレンチトースト	普通牛乳 食パン・卵・牛乳・三温糖 生クリーム・バニラエッセンス バター	27 木	ごはん 酢豚 卵とキャベツのサラダ スープ フルーツ	米・強化米 豚肉・玉葱・人参・ピーマン・パプリカ・椎茸・筍・ケチャップ・酢 醤油・三温糖・片栗粉・ごま油 卵・キャベツ・ブロッコリー・マヨネーズ 大根・油揚げ・わかめ・コンソメ・醤油・塩 みかん	牛乳 マシュマロクリスピー	普通牛乳 マシュマロ・バター コーンフレーク・レーズン
14 金	ごはん おでん マッシュルームのサラダ ひじき納豆 すまし汁	米・強化米 たこ・大根・コンニャク・なると・ちくわ・うずら卵・厚揚げ・だし 醤油・三温糖 マッシュルーム・水菜・レタス・しらす・酢・油・塩・コショウ 納豆・ひじき・のり・醤油・ごま油 人参・白菜・玉葱・椎茸・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 さつま芋蒸しパン	普通牛乳 小麦粉・牛乳 さつま芋・三温糖 ベーキングパウダー 干しぶどう	28 金	お弁当日		牛乳 あまからせん	普通牛乳
15 土	焼きそば 酢の物 かぼちゃのスープ フルーツ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・ちくわ・青のり・鰹節 ソース・塩・コショウ 白菜・きゅうり・わかめ・酢・砂糖・醤油 かぼちゃ・パセリ・コンソメ・醤油・塩 バナナ	牛乳 畑の-snack	普通牛乳	29 土	親子丼 キャベツとえのきの和え物 みそ汁 フルーツ	米・強化米・鶏肉・玉葱・人参・葱・グリーンピース・卵 だし・醤油・三温糖 キャベツ・えのき・鰹節・だし・醤油・砂糖 麩・豆腐・わかめ・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 ねじりん棒	普通牛乳
17 月	おにぎり 豚汁 フルーツ	米・強化米・塩・味つけのり 豚肉・豆腐・油揚げ・こんにゃく・人参・大根・ごぼう 蓮根・葱・生姜・みそ・鰹節・昆布 みかん	牛乳 ビーフコロッケパン	普通牛乳	31 月	ごはん 鮭の塩焼き 蓮根のきんぴら 昆布の五目煮 かき卵汁	米・強化米 鮭・食塩 牛肉・蓮根・人参・インゲン・ごま・醤油・三温糖・ごま油 大根・大豆・刻み昆布・こんにゃく・だし・醤油・三温糖 卵・舞茸・えのき・油揚げ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 チュロス	普通牛乳 ホットケーキミックス・豆腐・油
18 火	炊き込みごはん 鮭の醤油焼き 馬鈴薯ソース 蓮根の天ぷら 豆もやしのナムル すまし汁	米・強化米・鶏肉・ごぼう・人参・昆布・醤油・塩・三温糖 鮭・醤油・じゃが芋・バター・牛乳・小麦粉・塩・コショウ 蓮根・小麦粉・ベーキングパウダー・塩 豆もやし・切干大根・わかめ・ごま・ごま油・塩・醤油 小松菜・豆腐・三つ葉・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 シュガーパイ	普通牛乳 パイシート・三温糖					

☆乳児 朝のおやつ・・・菓子類（野菜スティック、野菜スナック、ひじきあられ、スイートポリコーン等）、
果物、チーズ（週1回）、干しぶどう（1、2歳のみ週3回）
☆夕方延長のおやつ・・・おにぎり・菓子類（週1回程度）
☆菓子類は全て、添加物の少ないもの（サンコー食品）を使用しています
☆ウインナーは、卵・乳製品・小麦不使用です
☆強化米は、鉄分とビタミンB1を強化するお米です
☆◆はお節料理を取り入れています
☆★マークは世界の料理（タイ）を取り入れています
☆17日は避難訓練のため、炊き出しを想定したメニューになっています
☆ は、ほしぐみさん(5歳児)のリクエストメニューです



グリーンピースの日、
「えだま。。。えだま。。。おかわりください！」
グリーンピースと枝豆、似ているよね。かわいらしくて、
ほっこりします 2歳児 女児
トマトサラダを食べた時の一言、
「おいしいわ～、おいしいわ～、このいちご♪」
この日のトマトはとっても甘く、いちごのように
美味しかったようです 3歳児 男児