



# こんだてひょう



日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料
4 土	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	20 月	ご飯 カレイの煮付け 大根のサラダ ブロッコリーの天ぷら すまし汁	米・強化米 カレイ・生姜・醤油・三温糖 大根・水菜・人参・コン・酢・油・塩 ブロッコリー・小麦粉・ベーキングパウダー・塩 白菜・葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 バイヨーグルト	普通牛乳 ヨーグルト・三温糖 パン缶
6 月	ご飯 ◆筑前煮 ◆芋栗きんとん 酢の物 すまし汁	米・強化米 鶏肉・ごぼう・蓮根・筍・グリビース・だし・醤油・三温糖 さつまいも・栗の甘露煮・三温糖・塩 切干大根・人参・きゅうり・酢・醤油・三温糖 麩・わかめ・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 火	ご飯 野菜の卵とじ ピーマンのサラダ 大根と豚肉の酒粕煮 すまし汁	米・強化米 卵・キャベツ・ピーマン・塩・コショウ・醤油 ピーマン・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・塩 麩・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 マシュマロクリスピー	普通牛乳 マシュマロ・バター コンフレーク・干しぶどう
7 火	七草粥 だし巻き卵 ◆黒豆 ◆紅白なます みそ汁	米・強化米・七草・塩 卵・豚挽肉・葱・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 南瓜・しめじ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 みかん	普通牛乳 みかん	22 水	ご飯 鯖の塩焼き 牛肉とひじきの甘辛炒め 南瓜の煮物 みそ汁	米・強化米 鯖・塩 牛肉・玉葱・ひじき・パプリカ・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・醤油・三温糖 小松菜・切干大根・鰹節・昆布・みそ	牛乳 鉄カルウエハース	普通牛乳
8 水	ご飯 鶏肉の甘辛炒め 昆布の煮物 みそ汁 フルーツ	米・強化米 鶏肉・さつまいも揚げ・南瓜・パプリカ・葱・ニンニク・醤油・三温糖 刻み昆布・人参・大根・インゲン・大豆・だし・醤油・砂糖 えのき・玉葱・葱・鰹節・昆布・みそ オレンジ	牛乳 サンドイッチ	普通牛乳 食パン・ブロッコリー・ツナ マヨネーズ・塩・コショウ	23 木	ご飯 食パン(イチゴジャム) ★サーモンチャウダー ブロッコリーのサラダ フルーツ	米・強化米 食パン・イチゴジャム 鮭・玉葱・人参・じゃが芋・コン・グリーンピース・バター・米粉・牛乳 ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・干しぶどう・酢・塩・油 みかん	牛乳 おにぎり	普通牛乳 ほうじ茶 米・強化米・鰹節 塩昆布・醤油
9 木	ご飯 鯖の塩焼き 蓮根のきんぴら 小松菜の煮びたし みそ汁	米・強化米 鯖・塩 牛肉・蓮根・人参・ごま・醤油・三温糖・ごま油 小松菜・しめじ・油揚げ・だし・醤油・三温糖 白菜・えのき・わかめ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 蒸しパン	普通牛乳 ホットケーキ粉・三温糖・牛乳 卵・油・いちごジャム 干しぶどう	24 金	ささみのサラダ スープ フルーツ	米・強化米 水菜・きゅうり・パプリカ・ささみ・マヨネーズ・醤油 じゃが芋・キャベツ・コン・ソムレ・醤油・塩 オレンジ	牛乳 ★パンケーキ	普通牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー 卵・牛乳・三温糖・塩 バター・バナナ・エッセンス メープルシロップ
☆お誕生日会メニュー☆									
10 金	ラーメン ブロッコリーのサラダ フルーツ	中華麺・豚肉・人参・キャベツ・玉葱・もやし・葱・中華だし 醤油・塩・ごま油 ブロッコリー・パプリカ・コン・酢・塩・油 グレープフルーツ	牛乳 チーズケーキ	普通牛乳 クリームチーズ・ヨーグルト 卵・三温糖・小麦粉 レモン・生クリーム	25 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・きゅうり・鰹節・だし・醤油・三温糖 麩・豆腐・わかめ・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 英字ビスケット	普通牛乳
11 土	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・豚挽き肉・玉葱・ピーマン・コン・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 畑のクラッカー	普通牛乳	27 月	ご飯 牛肉の甘辛煮 ひじきの炒め物 みそ汁 フルーツ	米・強化米 牛肉・玉葱・大根・葱・系こんにやく・醤油・三温糖 ひじき・人参・コン・グリーンピース・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・もやし・しめじ・鰹節・昆布・みそ みかん	牛乳 きな粉マカロニ	普通牛乳 マカロニ・きな粉 三温糖・塩
14 火	ご飯 鶏肉の梅みそ焼き ツナサラダ すまし汁 フルーツ	米・強化米 鶏肉・玉葱・梅干・みりん・みそ キャベツ・きゅうり・パプリカ・ツナ・マヨネーズ・塩 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩 オレンジ	牛乳 さつまいもの ソフトクッキー	普通牛乳 ホットケーキ粉・さつまいも バター・三温糖・卵	28 火	ご飯 鯖のあんかけ フルーツサラダ ブロッコリーの炒め物 かきたま汁	米・強化米 鯖・玉葱・パプリカ・だし・醤油・三温糖・片栗粉 キャベツ・きゅうり・みかん缶・干しぶどう・マヨネーズ・塩・コショウ ブロッコリー・人参・ニンニク・醤油・三温糖 卵・えのき・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ふかし芋	普通牛乳 さつまいも・塩
15 水	ご飯 厚焼き卵 切干大根の煮物 もずく納豆 すまし汁	米・強化米 卵・鶏挽肉・ピーマン・醤油・三温糖 切干大根・人参・椎茸・インゲン・だし・醤油・三温糖 納豆・もずく酢・醤油 白菜・葱・麩・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 スライスチーズ	普通牛乳 チーズ	29 水	ロールパン シェパーズパイ 添え野菜 魔女かぼちゃスープ バタービール	米・強化米 ロールパン 牛挽肉・玉葱・じゃが芋・トマト缶・ケチャップ・ビザ用チーズ 小麦粉・塩・コショウ 人参・パプリカ・グリーンピース・塩・コショウ・オリーブ油 南瓜・玉葱・米粉・バター・牛乳・コンソメ・塩・コショウ りんごジュース・寒天・三温糖・生クリーム	牛乳 ごはんのおやき	普通牛乳 米・強化米・しらす・塩 鰹節・青のり・醤油
16 木	ご飯 鯖の照り焼き きゅうりの酢の物 さつまいものオレンジ煮 みそ汁	米・強化米 鯖・生姜・醤油・みりん きゅうり・人参・えのき・酢・醤油・三温糖 さつまいも・オレンジジュース・三温糖・塩 豆腐・葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 アップルパイ	普通牛乳 りんご・ハイソート・三温糖 グラニュー糖・レモン	30 木	ご飯 鶏肉の卵とじ ひじき納豆 きゅうりの酢の物 みそ汁	米・強化米 卵・鶏肉・玉葱・グリーンピース・だし・醤油・三温糖 納豆・ひじき・醤油・ごま油 きゅうり・人参・わかめ・酢・醤油・三温糖 なす・なめこ・葱・鰹節・昆布・みそ	牛乳 ビザトースト	普通牛乳 食パン・ハム・玉葱・ピーマン ケチャップ・ビザ用チーズ
17 金	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・糸こんにやく・人参・大根・ごぼう 蓮根・葱・生姜・鰹節・昆布・みそ みかん	牛乳 ウインナーパン	普通牛乳	31 金	ご飯 鯖のみそ煮 ピーマンの和え物 南瓜のソテー わかめスープ	米・強化米 鯖・生姜・みそ・醤油・三温糖 ピーマン・ツナ・パプリカ・コン・酢・塩・油 南瓜・ニンニク・塩 大根・玉葱・わかめ・コンソメ・醤油・塩	牛乳 ちんすこう	普通牛乳 小麦粉・三温糖 ラード

### 【1月の行事食】

- ・お節料理
- ・七草がゆ
- ・ものがたりDAY (ハリーポッター)

### 【ほしくみりクエストメニュー】

- ・10日 ラーメン
- ・22日 マシュマロアイス
- ・29日 ビザトースト

### 【ものがたりDAY】『ハリーポッター』

魅力は心からワクワクする、魔法の世界のリアルで夢あふれる描写です。世にも美しい風景、不思議な生き物、喉から手が出るほど欲しくなる便利な魔法、よく分からないけどものすごく美味しいような食べ物や飲み物、奇妙なアイテム、魔法使いならではのルールや法律、そういったものが、全て素敵で楽しそうで面白そうに描かれていて「羨ましい！自分も魔法の世界に行きたい！」って気持ちが止まらなくなる。そんな世界を給食に取り入れてみんなで味わいたいと思います。

### 【つぶやきの様子】

・お口を開けて、「あーん」というのを見て、子ども同士でも「あーん」 0歳児クラス  
・お部屋で育てていた豆苗を収穫して、お汁に入れて食べました！  
・次の日も、また次の日も「今日入ってる？」と楽しみにしていました 1歳児クラス  
・フェイジョアを収穫した後、新聞紙にくるんでお部屋で過熟させました！ だんだんいい香りがしてきて過熟完了、ジャムにするのをとって楽しみにしていました 幼児クラス



### 朝のおやつ

・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です  
・1、2歳児は、菓子類(カル鉄ステック・野菜スティック・紫いもチップ・ひじきあられ・スイートポルコーン等)、フルーツ等と干しぶどう(週3回程度)です  
※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します  
夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です  
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  
強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です  
おび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります  
◆マークはおせち料理を取り入れています  
★マークは世界の料理(カナダ)を取り入れています