

献立予定表 1月上旬

今月の目標:しっかり食べて、風邪予防をしましょう。

2020年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			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	9時おやつ	3時おやつ
1 水		年始休園日					
2 木		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
3 金		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
4 土	ごはん 醤油昆布	メンチカツ 切干大根煮物 キャベツサラダ 味噌汁、パイン缶	小麦粉、パン粉 油、マヨネーズ	豚ひき肉 油揚げ	切干し大根、人参 しいたけ、キャベツ きゅうり、コーン缶 パイン缶	麦茶 クッキー	麦茶 せんべい
5 日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
6 月	ごはん いんげん 煮物	エビのケチャップ炒め 大根の紅白サラダ 厚焼き卵、みかん 味噌汁、のり佃煮	マヨネーズ	エビ、卵	大根、人参、玉葱 ピーマン、キャベツ みかん	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
7 火	ごはん 生揚げ 煮物	パンパキンシチュー ほうれん草春雨和え ミートボール 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 春雨	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ミートボール	かぼちゃ、人参、玉葱 ほうれん草、コーン缶 黄桃缶	麦茶 ウエハース	スポロン せんべい
8 水	ごはん 枝豆	生姜味噌おでん もやしの酢の物 チーズ、オレンジ ふりかけ	ごま油	うずら卵水煮缶 鶏つくね、はんぺん チーズ	大根、人参、きゅうり もやし、おろし生姜 オレンジ	麦茶 クラッカー	りんご ヨーグルト
9 木	ごはん コーン煮	白身魚タルタルソース れんこんきんぴら きゅうりカニ和え ミニトマト、スープ	マヨネーズ ごま油 糸こんにゃく	タラ、カニふぶき ごま、卵	れんこん、しいたけ 人参、きゅうり、もやし ミニトマト	麦茶 ウエハース	麦茶 みかん お菓子 お餅
10 金	おにぎり 	けの汁 ところてんサラダ ミニフランク バナナ	糸こんにゃく	高野豆腐 魚肉ソーセージ ミニフランク	大根、人参、ふき しいたけ、ごぼう レタス、きゅうり ところてん、バナナ	麦茶 ビスケット	りんご ジュース クラッカー
11 土	ごはん 鮭缶	肉豆腐 小松菜のり和え さつま芋ミルク煮 洋梨缶、味噌汁	さつま芋、砂糖	豚肩ロース 木綿豆腐、牛乳	人参、玉葱、小松菜 もやし、きざみのり ニラ、洋梨缶	麦茶 クッキー	ゼリー せんべい
12 日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
13 月		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。					
14 火	ごはん 切干し大根 煮物	なすと豚ひき肉のカレー わかめサラダ チキンナゲット パイン缶、麦茶	じゃが芋	豚ひき肉、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ チキンナゲット	なす、人参、玉葱 コーン缶、きゅうり キャベツ、わかめ パイン缶	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子
15 水	ごはん チンゲン菜 ごま和え	納豆卵焼き マカロニ五目炒め みかん、鮭フレーク 味噌汁	マカロニ、油	卵、挽きわり納豆 魚肉ソーセージ	人参、しいたけ、玉葱 ピーマン、万能葱 みかん	麦茶 クッキー	麦茶 クラッカー

給食室から

*9日の午後のお餅会は、ぞう組はみかんとお餅にあんこ・ホイップクリーム・チョコソースなどをつけて食べます。
うさぎ組、きりん組はみかんとお菓子とお餅になります。
ひよこ組、こりす組はみかんとお菓子になります。

*10日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)

*16日のお誕生会は園児全員に「ハンバーグサンドパン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)

※21日は食育の日として「しっかり食べて、風邪予防をしましょう」のお話をします。

*都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



献立予定表 1月下旬

今月の目標:しっかり食べて、風邪予防をしましょう。

2020年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 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		
16 木		ハンバーグサンドパン 春雨野菜サラダ ポテトフライ、桃ゼリー ★お誕生会★ わかめスープ	ロールパン、春雨 じゃが芋、油	豚ひき肉 魚肉ソーセージ	レタス、人参、きゅうり もやし、わかめ 桃ゼリー	麦茶 ウエハース	いちご パフェ
17 金	ごはん	カレーの照焼き かぶのそぼろ煮 うずら卵煮物 りんご、味噌汁	油	カレー、豚ひき肉 うずら卵水煮缶	かぶ、人参、玉葱 グリーンピース、りんご	麦茶 せんべい	豆乳 ビスケット
18 土	ごはん ところてん	春巻き 長芋バターソテー レタスサラダ、洋梨缶 すまし汁、ふりかけ	長芋、バター 春巻きの皮	豚肩ロース	人参、玉葱、レタス きゅうり、洋梨缶	麦茶 クッキー	麦茶 クラッカー
19 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
20 月	ごはん 小松菜 ツナ和え	親子煮 ごぼうサラダ ウインナー 黄桃缶、麦茶	マヨネーズ	豚肩ロース、卵 ごま、焼き豆腐 ウインナー	白菜、人参、玉葱 ねぎ、ごぼう、きゅうり 黄桃缶	麦茶 せんべい	りんご ジュース 揚げ菓子
21 火 ※	ごはん いんげん 煮物	鮭じゃが汁 ひじきの煮物 鶏つくね りんご、オクラ納豆	じゃが芋 糸こんにゃく	鶏缶、焼き豆腐 鶏つくね ひきわり納豆 油揚げ	人参、しめじ、ねぎ 玉葱、しいたけ ひじき、オクラ、りんご	麦茶 ウエハース	スポロン ビスケット
22 水	ごはん さんま缶	クリームコロッケ ほうれん草ごま和え チーズ、みかん 味噌汁、ふりかけ	油、小麦粉、パン粉	牛乳、ごま チーズ	ほうれん草、もやし 人参、玉葱、みかん	麦茶 クッキー	牛乳 クラッカー
23 木	ごはん チンゲン菜 のり和え	ハヤシライス れんこんサラダ ミニオムレツ バナナ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 ミニオムレツ	人参、玉葱、れんこん きゅうり、グリーンピース バナナ	麦茶 ウエハース	麦茶 お好み焼き
24 金	ごはん はんぺん 煮物	鶏の唐揚げ ラーメンサラダ 枝豆、洋梨缶 味噌汁、のり佃煮	片栗粉、油 茹で中華麺	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり 人参、枝豆 洋梨缶	麦茶 ビスケット	牛乳 せんべい
25 土	ごはん 大根煮物	白菜中華炒め パンパキンサラダ かまぼこ、みかん すまし汁、ふりかけ	砂糖、ごま油 マヨネーズ	豚肩ロース ベーコン、かまぼこ	白菜、人参、玉葱 ピーマン、かぼちゃ みかん	麦茶 クラッカー	麦茶 クッキー
26 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
27 月	ごはん 粉ふき芋	麻婆豆腐 水菜とちくわのごま和え ミートボール パイン缶、麦茶	ごま油	豚ひき肉、ごま 絹ごし豆腐、ちくわ ミートボール	人参、しいたけ、ねぎ 水菜、もやし、パイン缶 ピーマン	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
28 火	ごはん ひじき煮	豚汁 シルバーサラダ さつまいもミルク煮 りんご、チーズ納豆	砂糖、さつまいも 春雨、マヨネーズ	牛乳、豚バラ肉、ごま ひきわり納豆、チーズ 魚肉ソーセージ	白菜、人参、玉葱 しめじ、ねぎ、レタス きゅうり、りんご	麦茶 クッキー	ヨーグルト せんべい
29 水	ごはん コーン煮	赤魚の味噌煮 もやしカニ和え きんぴらごぼう ミニトマト、すまし汁	ごま油	赤魚、ごま カニふぶき	もやし、人参、きゅうり ごぼう、しいたけ ミニトマト	麦茶 ウエハース	きつね うどん
30 木	ごはん 切干し大根 煮物	ツナカレー ブロッコリーサラダ チキンナゲット バナナ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	ツナ缶、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ チキンナゲット	ブロッコリー、玉葱 人参、コーン缶 グリーンピース、バナナ	麦茶 クッキー	りんご ジュース 揚げ菓子
31 金	ごはん ほうれん草 のり和え	チーズオムレツ オクラツナスパサラダ みかん、鮭フレーク スープ	油、サラスパ	卵、ツナ缶 ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉、人参 オクラ、しめじ、みかん	麦茶 ウエハース	麦茶 せんべい