

令和3年度



1月の給食



★ 19日 お弁当の日 ★

ぐぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
4	火	鮭ごはん 揚げシューマイ 切干大根中華風サラダ 野菜のみそ汁	米 シューマイ 鮭 玉ねぎ 人参 切干大根 ほうれん草 わかめ 砂糖 しょう油 みそ 塩 酢 ごま油 フルーチェ 牛乳	★手作りおやつ★ フルーチェ
5	水	ごはん きつねうどん ひじきの五目煮 ツナサラダ チーズ	米 うどん ひじき 油揚げ 五目豆 キャベツ ほうれん草 人参 ツナ たまご ねぎ チーズ 砂糖 しょう油 みりん 酢 塩 ごま油 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
6	木	ごはん 八宝菜 しめじのごま和え 豆腐のみそ汁	米 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 椎茸 キャベツ ほうれん草 しめじ 豆腐 砂糖 しょう油 みそ みりん 塩 ごま 食パン 青のり マヨネーズ 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 青のりトースト
7	金	ハヤシライス コールスローサラダ もやしとわかめのスープ パイン缶	米 合挽き肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし わかめ コーン ハヤシルー 砂糖 しょう油 酢 塩 ケチャップ マヨネーズ パイン缶 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
8	土	チャーハン 野菜の酢の物 豆腐とえのきのスープ	米 玉ねぎ 人参 キャベツ えのき 砂糖 しょう油 酢 塩 牛乳	牛乳 クラッカー
10	月	★祝日★	★成人の日★	
11	火	ごはん 千草焼き 大根サラダ 豆腐の中華風スープ	米 じゃが芋 玉ねぎ 人参 たまご 大根 ちりめんじゃこ 豆腐 椎茸 かまぼこ 砂糖 しょう油 塩 ごま油 ウインナー ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 アメリカンドッグ
12	水	ごはん 肉うどん じゃこの酢の物 里芋の煮物	米 うどん 牛肉 たまご ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 里芋 ちりめんじゃこ 砂糖 しょう油 みりん 酢 塩 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
13	木	ごはん コロッケ 小松菜のみそ汁 ウインナーと野菜のカレー炒め	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 ウインナー 砂糖 しょう油 みそ カレー粉 チーズ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 チーズケーキ
14	金	カレーライス マカロニサラダ 豆腐入り人参スープ パイン缶	米 豚挽き肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 きゅうり 豆腐 マカロニ カレールー 砂糖 しょう油 ケチャップ マヨネーズ 酢 塩 パイン缶 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
15	土	炊き込みご飯 野菜炒め 豆腐の吸物	米 油揚げ 人参 しめじ キャベツ 砂糖 しょう油 みりん 牛乳	牛乳 クラッカー
17	月	そぼろ丼 納豆和え 八宝汁	米 鶏挽き肉 たまご キャベツ 大根 人参 白菜 椎茸 ほうれん草 納豆 砂糖 しょう油 みりん しょうが ごま 粒あん ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 だら焼き
18	火	鮭ごはん 揚げシューマイ 切干大根中華風サラダ 野菜のみそ汁	米 シューマイ 鮭 玉ねぎ 人参 切干大根 ほうれん草 わかめ 砂糖 しょう油 みそ 塩 酢 ごま油 フルーチェ 牛乳	★手作りおやつ★ ヨーグルト和え
19	水	★お弁当の日★	何が入ってるかな？ 	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
20	木	ごはん チンジャオロース しめじのごま和え 豆腐のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 豆腐 しめじ キャベツ ほうれん草 高野豆腐 砂糖 しょう油 みりん 塩 ごま マヨネーズ 食パン 青のり 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 青のりトースト
21	金	ハヤシライス コールスローサラダ もやしとわかめのスープ パイン缶	米 合挽き肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし わかめ コーン ハヤシルー 砂糖 しょう油 酢 塩 ケチャップ マヨネーズ パイン缶 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
22	土	チャーハン 野菜の酢の物 豆腐とえのきのスープ	米 玉ねぎ 人参 キャベツ えのき 砂糖 しょう油 酢 塩 牛乳	牛乳 クラッカー
24	月	ごはん イタリアンスパゲッティ ポテトサラダ ス克蘭ブルエッグ 大根のみそ汁	米 สปาゲッティ ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゅうり 大根 たまご 砂糖 しょう油 酢 塩 みそ ケチャップ マヨネーズ 黒糖 ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 黒糖蒸しパン
25	火	ごはん 魚の煮物 春雨サラダ 豆腐の中華風スープ	米 鰯 春雨 玉ねぎ 人参 きゅうり 椎茸 たまご 砂糖 しょう油 酢 塩 ごま油 みりん ウインナー ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 焼きそば
26	水	ごはん 肉うどん じゃこの酢の物 里芋の煮物	米 うどん 牛肉 たまご ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 里芋 ちりめんじゃこ 砂糖 しょう油 みりん 酢 塩 牛乳	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
27	木	ごはん コロッケ 小松菜のみそ汁 ウインナーと野菜のカレー炒め	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 ウインナー 砂糖 しょう油 みそ カレー粉 チーズ ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 チーズケーキ
28	金	ちらし寿司 野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	米 かんぴょう 干し椎茸 人参 たまご キャベツ ほうれん草 豆腐 砂糖 しょう油 みそ 酢 ホットケーキミックス ココア 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 パースデーケーキ
29	土	炊き込みご飯 野菜炒め 豆腐の吸物	米 油揚げ 人参 しめじ キャベツ 砂糖 しょう油 みりん 牛乳	牛乳 クラッカー
31	月	そぼろ丼 納豆和え 八宝汁	米 鶏挽き肉 たまご キャベツ 大根 人参 白菜 椎茸 ほうれん草 納豆 砂糖 しょう油 みりん しょうが ごま 粒あん ホットケーキミックス 牛乳	★手作りおやつ★ 牛乳 だら焼き

※10時のおやつはヤルトです。 ※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますがご了承ください。

あけましておめでとうございます！

ご家庭でもよいお正月を迎えられたことと思います。

寒さがきびしい季節になりました。

年末年始の生活リズムを少しずつ通常に戻し、手洗いうがいもしっかりして、

コロナウイルスや 風邪予防に努めましょう！

