

1月の給食



15日 お弁当の日★

くぜにし保育園【922-0007】

日	曜	お昼の献立	材料・調味料	3時のおやつ
1	水	☆元日☆	☆休日☆	
2	木	☆年始休み☆	☆休日☆	
3	金	☆年始休み☆	☆休日☆	
4	土	☆年始休み☆	☆休日☆	
6	月	ごはん 揚げしゅうまい 切干大根の中華風サラダ 野菜のみそ汁	米 しゅうまい 玉ねぎ 人参 切干大根 ほうれん草 わかめ 焼きそば さとう しょうゆ す みそ ごま油	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】
7	火	ごはん 八宝菜 じゃこの酢の物 わかめスープ	米 豚肉 白菜 しいたけ キャベツ きゅうり じゃこ 玉ねぎ 人参 わかめ 牛乳 食パン あおのり さとう しょうゆ みりん ごま す マヨネーズ	★おやつ★ 【あおのりトースト・牛乳】
8	水	ごはん 肉うどん 小芋の煮物 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛ミンチ 油揚げ ネギ 卵 小芋 キャベツ きゅうり 牛乳 さとう みりん しょうゆ す	ビスケット ラムネ 牛乳
9	木	ごはん コロッケ ユールスローサラダ 野菜のみそ汁	米 コロッケ 玉ねぎ 人参 わかめ コーン キャベツ 牛乳 フルーツの素 さとう みそ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【フルーツ】
10	金	カレーライス ツナサラダ パイン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 ツナ缶 きゅうり キャベツ パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ す カレールウ ケチャップ ソース ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
11	土	ごはん 豚のしょうが焼き 春雨サラダ 野菜のみそ汁	米 豚肉 卵 しょうが 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ 春雨 牛乳 さとう しょうゆ みそ す	ビスケット ラムネ 牛乳
13	月	☆祝日☆	☆成人の日☆	
14	火	そばろ丼 納豆和え 野菜のみそ汁	米 鶏ミンチ 卵 納豆 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 人参 わかめ しょうが 牛乳 フライドポテト しょうゆ さとう ごま みそ す	★手作りおやつ★ 【フライドポテト・牛乳】
15	水	☆お弁当の日☆	なにがはいってるかな??	おせんべい ラムネ 牛乳
16	木	ごはん 白身フライ ほうれん草のごま和え 野菜のみそ汁	米 白身魚 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり わかめ じゃこ ツナ缶 チーズ 牛乳 食パン さとう しょうゆ す みそ ごま油 マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【ツナチーズピザ・牛乳】
17	金	カレーライス マカロニサラダ パイン缶 卵スープ	米 牛ミンチ 卵 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ マカロニ パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ ごま カレールウ ケチャップ ソース	ビスケット ラムネ 牛乳
18	土	ごはん からあげ もやしとハムのごまマヨ和え 野菜のみそ汁	米 鶏肉 ハム 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ もやし わかめ 牛乳 さとう しょうゆ す みそ ごま	ビスケット ラムネ 牛乳
20	月	ごはん 揚げしゅうまい 切干大根の中華風サラダ 野菜のみそ汁	米 しゅうまい 玉ねぎ 人参 切干大根 ほうれん草 わかめ 焼きそば さとう しょうゆ す みそ ごま油	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】
21	火	ごはん 八宝菜 じゃこの酢の物 わかめスープ	米 豚肉 白菜 しいたけ キャベツ きゅうり じゃこ 玉ねぎ 人参 わかめ 牛乳 食パン あおのり さとう しょうゆ みりん ごま す	★おやつ★ 【あおのりトースト・牛乳】
22	水	ごはん 肉うどん 小芋の煮物 油揚げの酢の物	米 生うどん 牛ミンチ 油揚げ ネギ 卵 小芋 キャベツ きゅうり 牛乳 さとう みりん しょうゆ す	ビスケット ラムネ 牛乳
23	木	ごはん コロッケ ユールスローサラダ 野菜のみそ汁	米 コロッケ 玉ねぎ 人参 わかめ コーン キャベツ 牛乳 フルーツの素 さとう みそ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【フルーツ】
24	金	カレーライス ツナサラダ パイン缶 人参スープ	米 牛ミンチ 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 ツナ缶 きゅうり キャベツ パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ す カレールウ ケチャップ ソース ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳
25	土	ごはん 豚のしょうが焼き 春雨サラダ 野菜のみそ汁	米 豚肉 卵 しょうが 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ 春雨 牛乳 さとう しょうゆ みそ す	ビスケット ラムネ 牛乳
27	月	ごはん ミートスパゲッティ かぼちゃサラダ 野菜のみそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ きゅうり じゃがいも わかめ 牛乳 蒸しパンの素 しょうゆ さとう みそ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【人参蒸しパン・牛乳】
28	火	そばろ丼 納豆和え 野菜のみそ汁	米 鶏ミンチ 卵 納豆 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 人参 わかめ しょうが 牛乳 パナ 黒糖 きなこ しょうゆ さとう ごま みそ す	★手作りおやつ★ 【黒蜜きなこバナナ・牛乳】
29	水	ごはん きつねうどん チーズ かぼちゃの煮物 わかめの酢の物	米 生うどん 油揚げ ネギ 卵 きゅうり キャベツ チーズ かぼちゃ わかめ 牛乳 さとう しょうゆ す みりん	おせんべい ラムネ 牛乳
30	木	ごはん 白身フライ ほうれん草のごま和え 野菜のみそ汁	米 白身魚 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり わかめ じゃこ ツナ缶 チーズ 牛乳 食パン さとう しょうゆ す みそ ごま油 マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【ツナチーズピザ・牛乳】
31	金	カレーライス マカロニサラダ パイン缶 卵スープ	米 牛ミンチ 卵 大豆水煮 玉ねぎ じゃが芋 人参 きゅうり キャベツ マカロニ パイン缶 牛乳 さとう しょうゆ ごま カレールウ ケチャップ ソース	ビスケット ラムネ 牛乳

※10時のおやつはヤクルトです。

※仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合があり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。ご家庭でも良いお正月を迎えられたことと思います。

寒さも徐々に厳しくなってきましたね。年末年始の生活リズムを少しずつ戻していきましょう。

手洗い・うがいをしっかりと風邪予防に努めましょう。

