

令和4年 1月 献立予定表

令和3年12月24日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をとのえる	おやつ	エネルギー
4	火	スパゲティナポリタン たまごスープ	ウインナー 卵	スパゲティ麺 油 白米 コーン	人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ キャベツ えのき ゆかり パセリ	ゆかりおにぎり	580
5	水	鶏そぼろ丼 牛乳 ブロッコリーサラダ	鶏挽肉 木綿豆腐 牛乳	白米 コーン ごま マヨネーズ	人参 玉ねぎ 小ねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり みかん缶 みかんジュース	みかんゼリー	552
6	木	ごはん ししゃも 野菜の納豆和え わかめスープ	ししゃも 納豆 わかめ かつお節 クリームチーズ	白米 砂糖 ごま油	キャベツ ほうれん草 人参 玉ねぎ	おかかチーズ おにぎり	524
7	金	チキンカレーライス 野菜サラダ 牛乳	鶏もも肉 牛乳 ダイスチーズ 卵	白米 砂糖 ごま 油 じゃがいも 薄力粉 バター カレールウ	人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ グリーンピース ブルーベリージャム	ブルーベリー チーズケーキ	630
8	土	やきそば りんご	豚小間 青のり	中華麺 油	人参 玉ねぎ キャベツ りんご もやし	お菓子	524
10	月	(祝)成人の日					
11	火	お楽しみメニュー 始業式 鏡開き会	牛乳 粉チーズ スキムミルク	白玉粉 油 砂糖		もちもちチーズ パン	106
12	水	お弁当デー	ツナ缶	白米 マヨネーズ	玉ねぎ	ツナマヨ おにぎり	192
13	木	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 野菜のフレンチ和え ポトフ	魚 ウインナー 牛乳	白米 じゃがいも マヨネーズ コーン 砂糖 バター 油 薄力粉	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ ブロッコリー しめじ パセリ	ココアクッキー	549
14	金	麦ごはん 鶏肉のから揚げ ごぼうのごまマヨサラダ 牛乳	鶏もも肉 ツナ 牛乳	白米 押麦 薄力粉 コーン ごま マヨネーズ コーンフレーク バター マシュマロ	ごぼう きゅうり 人参 にんにく しょうが	コーンフレーク バー	641
15	土	牛肉丼 野菜のじゃこ和え	牛小間 ちりめんじゃこ	白米 油 砂糖	キャベツ ほうれん草 人参 玉ねぎ 長ねぎ 干椎茸	お菓子	576
17	月	ごはん 豚肉のマーマレード煮 野菜とチーズのサラダ 牛乳	豚小間 ダイスチーズ 牛乳 おから 卵	白米 ミックス粉 砂糖 バター チョコチップ	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ マーマレードジャム ピーマン	おからチョコ ケーキ	621
18	火	麦ごはん 鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン 牛乳	鶏レバー かまぼこ 牛乳 ちりめんじゃこ	白米 押麦 砂糖 ビーフン 油 ごま	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 大葉	じゃこ大葉の おにぎり	568
19	水	ごはん スペニッシュオムレツ ブロッコリーのごまドレ和え トマトスープ	ベーコン とろけるチーズ 牛乳 卵	白米 じゃがいも ごま 砂糖 油 ミックス粉 バター 薄力粉	キャベツ きゅうり ブロッコリー 人参 玉ねぎ トマト缶 えのき パセリ ほうれん草	カスタード ケーキ	561
20	木	雑穀ごはん 魚のパン粉焼き 野菜のおかか和え 牛乳	魚 かつお節 牛乳 鶏挽肉	白米 雑穀 パン粉 マヨネーズ 砂糖 油	キャベツ 人参 もやし	そぼろおにぎり	539
21	金	ごはん 鶏肉のオニオンマト煮 コールスローサラダ 牛乳	鶏むね肉 牛乳 卵	白米 砂糖 マヨネーズ 薄力粉 バター コーン	キャベツ きゅうり 人参 ケチャップ 玉ねぎ トマト缶 トマトピューレ しめじ グリーンピース マーマレードジャム	マーマレード スコーン	571
22	土	ごはん 豚肉の味噌炒め かきたま汁	豚小間 みそ 卵 わかめ	白米	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし にら にんにく	お菓子	491
24	月	ごはん 照り焼きチキン マカロニサラダ コーンポターージュ	鶏もも肉 牛乳 卵	白米 マカロニ クリームコーン マヨネーズ 薄力粉 バター 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ パセリ りんご	りんごケーキ	584
25	火	パン リマンド・ア・ラ・ムニエール サラダ・コロレ ジュリエンヌスープ	魚 ベーコン 卵	パン 薄力粉 バター コーン 砂糖 オリーブ油 白米	トマトピューレ ケチャップ パセリ 人参 キャベツ きゅうり 玉ねぎ えのき	たまごおにぎり	580
26	水	雑穀ごはん 肉じゃが 青菜とコーンのごま和え 牛乳	豚小間 牛乳	白米 雑穀 じゃがいも 砂糖 コーン ごま 麩 バター	キャベツ ほうれん草 人参 なた豆 玉ねぎ	麩のラスク	572
27	木	ごはん チキンカツ 牛乳 キャベツとツナのサラダ	鶏ささみ ツナ 牛乳 塩昆布	白米 薄力粉 パン粉 油	キャベツ きゅうり 人参 ケチャップ	塩昆布おにぎり	576
28	金	麦ごはん 鶏肉の甘だれ和え 野菜のごま和え 豆腐の味噌汁	鶏もも肉 絹豆腐 油揚げ みそ わかめ 牛乳 きな粉	白米 押麦 油 砂糖 片栗粉 ごま	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ	ミルクくずもち	533
29	土	肉うどん 野菜の塩昆布和え	牛小間 塩昆布	うどん 油	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 長ねぎ 干椎茸	お菓子	497
31	月	ごはん タンドリーチキン みかんサラダ 牛乳	鶏もも肉 プレーンヨーグルト 牛乳	白米 砂糖 薄力粉 バター	キャベツ きゅうり 人参 みかん缶 ケチャップ	ココアマドレーヌ	544

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な食材だけ表示してあります。

●献立および食材は変更する場合があります。



世界の料理*フランス

フランス料理は世界三大料理にも数えられます。
 *リマンド・ア・ラ・ムニエール：「リマンド」=カレイ、「ムニエール」=魚に小麦粉をまぶして焼いた料理。
 *サラダ・コロレ：「コロレ」=カラフル。カラフルな野菜を使った彩の良いサラダ。
 *ジュリエンヌスープ：「ジュリエンヌ」=千切り。千切りにした野菜が入ったスープです。

お弁当デー

今月のお弁当デーは、
1月12(水)です。
 お弁当、水筒、お箸セットの用意をお願いします。

