

# 令和2年 1月 献立予定表

令和元年12月25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：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
4	土	ゆかりごはん 肉じゃが すまし汁	豚小間 わかめ	白米 油 じゃが芋 砂糖	人参 玉ねぎ なた豆 しらたき 玉ねぎ たけのこ 干椎茸	お菓子	379
6	月	雑穀ごはん 鶏肉の磯辺焼き 柿なます	鶏もも肉 青のり	白米 雑穀米 薄力粉 油 ミックス粉 砂糖	大根 人参 柿 ココア	ちんすこう	522
7	火	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜の梅肉和え 牛乳 <b>始業式</b>	豚小間 牛乳 かつお節	白米 油 砂糖 コーン缶 マヨネーズ ごま油	玉ねぎ 人参 しょうが 白菜 きゅうり 梅 大葉 枝豆	枝豆おかか おにぎり	596
8	水	麦ごはん ししゃも キャベツのごまマヨネーズ和え 牛乳	ししゃも 牛乳 スキムミルク 卵 プロセスチーズ	白米 麦 ごま マヨネーズ 砂糖 ミックス粉	キャベツ きゅうり 人参	キャロットケーキ	512
9	木	ごはん 雑煮 野菜の磯和え <b>鏡開き会</b>	鶏もも肉 卵 のり	白米 白玉粉 里芋 砂糖	ごぼう 人参 大根 長ネギ 干椎茸 キャベツ もやし	卵おにぎり	507
10	金	じゃこご飯 青菜とコーンのごま和え 豆腐のみそ汁 <b>ふれあい会</b>	鶏小間 じゃこ 絹ごし豆腐 みそ きな粉 スキムミルク わかめ	白米 砂糖 油 ごま コーン缶 ミックス粉	人参 なた豆 干椎茸 キャベツ ほうれん草 こねぎ 玉ねぎ	きな粉蒸しパン	422
11	土	スパゲッティナポリタン キャベツのクリームスープ	ベーコン スキムミルク 牛乳	スパゲティ 油 コーン缶 シチュールウ	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ ケチャップ	お菓子	354
13	月	<b>〈祝〉成人の日</b>					
14	火	麦ごはん さっぱりサラダ 牛乳 和風ハンバーグ風きのこソースかけ	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 牛乳 ひじき	白米 麦 片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ ごま	玉ねぎ 人参 えのき しめじ こねぎ キャベツ きゅうり グリンピース コーン缶 ケチャップ	ケチャップ おにぎり	585
15	水	ごはん スパニッシュオムレツ 大根サラダ 牛乳	ベーコン 卵 とろけるチーズ スキムミルク 牛乳	白米 じゃが芋 砂糖 オリーブ油 バター 薄力粉	人参 パセリ 玉ねぎ 大根 きゅうり バナナ	バナナケーキ	668
16	木	雑穀ごはん 魚のカレームニエル スパゲティサラダ トマトスープ	魚 合挽肉 とろけるチーズ	白米 雑穀米 薄力粉 油 スパゲティ マヨネーズ 砂糖	人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ しめじ トマト缶 パセリ カレー粉	そぼろおにぎり	474
17	金	パン 鶏肉の甘だれ和え コールスローサラダ 洋風かき卵汁	鶏もも肉 卵 牛乳 スキムミルク おから	パン 油 砂糖 片栗粉 マヨネーズ 薄力粉 バター ごま	キャベツ きゅうり 人参 コーン缶 玉ねぎ しめじ パセリ	おからごま スコーン	605
18	土	ごはん 豚肉のみそ炒め みかんサラダ	豚小間 みそ	白米 砂糖 油	玉ねぎ 人参 なら にんにく キャベツ きゅうり みかん缶	お菓子	360
20	月	華風丼 野菜とワカメの甘酢和え オレンジ 牛乳	豚小間 かまぼこ 卵 牛乳 じゃこ わかめ	白米 砂糖 油 ごま ごま油	玉ねぎ 人参 干椎茸 白菜 長ネギ きゅうり 大根 オレンジ こねぎ	ごまじゃこおにぎり	545
21	火	<b>お楽しみメニュー</b>	牛乳 スキムミルク とろけるチーズ	ミックス粉 砂糖	トマトケチャップ	ピザ蒸しパン	142
22	水	ごはん ツナと豆腐の卵とじ いんげんのごま和え 牛乳	ツナ 卵 木綿豆腐 牛乳	白米 砂糖 油 ごま ミックス粉 バター	玉ねぎ 人参 長ネギ もやし いんげん りんご	りんごケーキ	587
23	木	雑穀ごはん 鶏レバーの甘辛煮 ナポリビーフン	鶏レバー かまぼこ 塩昆布	白米 雑穀米 砂糖 油 ビーフン	キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ ケチャップ しょうが	塩昆布おにぎり	451
24	金	麦ごはん 鶏肉のオニオントマト煮 野菜と果物のマヨネーズ和え 牛乳	鶏むね肉 牛乳 卵 スキムミルク	白米 麦 砂糖 マヨネーズ ミックス粉 バター	玉ねぎ しめじ グリンピース トマト缶 りんご トマトピューレ ケチャップ 大根 きゅうり 枝豆 人参 りんご 枝豆	枝豆ケーキ	588
25	土	親子丼 みそ汁	鶏もも肉 卵 かまぼこ 油揚げ みそ	白米 油 さつまいも	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ネギ 小松菜	お菓子	404
27	月	<b>お弁当デー</b>		コーンフレーク バター マシュマロ	マーマレード	コーンフレーク バー	119
28	火	ごはん 照り焼きチキン <b>共食デー</b> 野菜の中華和え <b>ぞう</b>	鶏肉 牛乳 粉チーズ スキムミルク	白米 砂糖 ごま油 ごま 白玉粉 油	人参 きゅうり キャベツ	もちもち チーズパン	464
29	水	牛肉丼 <b>共食デー</b> 野菜のおかか和え <b>くま</b>	牛肉 かつお節 スキムミルク ヨーグルト	白米 砂糖 油 薄力粉 バター	人参 玉ねぎ 長ネギ 干椎茸 キャベツ もやし しらたき	ヨーグルト スコーン	557
30	木	ごはん 豆腐入り松風焼き <b>共食デー</b> 野菜のごま和え <b>ことり</b>	鶏挽肉 木綿豆腐 みそ	白米 砂糖 ごま 片栗粉 油	玉ねぎ こねぎ キャベツ 人参 もやし しめじ えのき	きのこおにぎり	470
31	金	ごはん タンドリーチキン キャベツとツナのサラダ 牛乳	鶏もも肉 ヨーグルト スキムミルク ツナ 牛乳 油揚げ ひじき	白米 マヨネーズ 砂糖 油	ケチャップ キャベツ きゅうり なた豆 人参 カレー粉 にんにく しょうが	ひじきと油揚げの おにぎり	612

※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。

●献立及び食材は変更する場合があります。

## おせち料理

色とりどりのおせち料理は、見ているだけ気持ちが華やぎます。見た目の美しさだけではなく、かずのこは「子孫繁栄」、鯛は「めでたい」、こんぶは「よろこんぶ」など、それぞれの食材に意味があります。意味を知ること、おせち料理をより身近に感じてくれればと思います。一年の幸せを願って、ご家族一緒においしく味わえるといいですね。



## お知らせ

毎月、子どもたちが楽しみにしているお弁当デーのことです。2月はお弁当デーはありません。3月はお弁当デーが2回あります。ご協力お願いいたします。

