

令和3年 1月 献立予定表

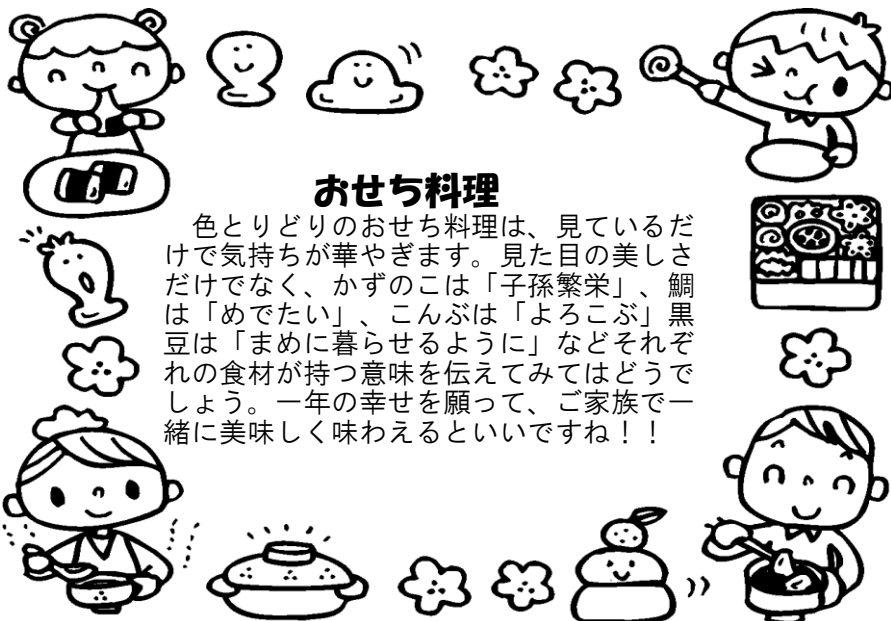
令和2年12月24日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日 曜	昼食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	おやつ	エネルギー
4 月	ごはん スパニッシュオムレツ 春雨サラダ 牛乳	ツナ缶 卵 とろけるチーズ スキムミルク 牛乳	白米 じゃがいも 砂糖 春雨 コーン 油 バター 麩	人参 パセリ きゅうり ほうれん草 しめじ トマト 玉ねぎ	麩のラスク	586
5 火	ごはん 豚肉の生姜焼き 和風サラダ	豚肉 かつお節 牛乳 きな粉	白米 砂糖 ホットケーキミックス	人参 きゅうり 生姜 キャベツ 玉ねぎ	きな粉 蒸しパン	477
6 水	雑穀ごはん 鶏肉のから揚げ 野菜の磯和え 牛乳	鶏肉 牛乳 のり	白米 雑穀米 薄力粉 油 砂糖 さつまいも	にんにく 生姜 キャベツ もやし 人参 玉ねぎ	焼きいも	592
7 木	七草風ごはん 魚の味噌煮 野菜とワカメの甘酢和え	魚 鶏小間 味噌 きな粉 絹豆腐 わかめ 卵	白米 薄力粉 油 砂糖 ホットケーキミックス粉 バター	かぶ 大根 人参 きゅうり	豆腐の ケーキ	458
8 金	ごはん 雑煮風 野菜のゆかり和え 始業式 鏡開き会	鶏小間	白米 白玉粉 薄力粉 里芋 砂糖 小豆	ごぼう 人参 大根 長ねぎ 干椎茸 キャベツ きゅうり ゆかり	ぜんざい風	374
9 土	スパゲティナポリタン コンソメスープ	ベーコン	スパゲティ 油	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ トマト ケチャップ	お菓子	268
11 月	(祝)成人の日					
12 火	ごはん 千草焼き 野菜の梅サラダ 牛乳	鶏挽肉 ひじき 卵 牛乳	白米 砂糖 油	玉ねぎ 人参 いんげん 大根 きゅうり うめ きくらげ	ひじき おにぎり	590
13 水	じゃこご飯 味噌汁(赤味噌) 野菜の塩昆布和え	鶏小間 じゃこ 赤みそ 白みそ 油揚げ かつお節 塩昆布 牛乳 スキムミルク 卵	白米 砂糖 油 里芋 チョコレート バター ホットケーキミックス	人参 いんげん 干椎茸 こねぎ 玉ねぎ きゅうり キャベツ	チョコチップ スコーン	497
14 木	雑穀ごはん 魚のねぎソースかけ 野菜の中華和え 牛乳	魚 牛乳 じゃこ	白米 雑穀米 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま 油	生姜 長ねぎ 人参 干椎茸 きゅうり キャベツ いんげん	じゃこ おにぎり	656
15 金	お楽しみメニュー	卵 牛乳 カルピス	砂糖 油 バター 薄力粉 さつまいも		カルピス風味 スイートポテト	162
16 土	ごはん 肉じゃが 野菜の甘酢和え	合挽肉	白米 じゃがいも 砂糖	人参 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり	お菓子	351
18 月	パン クリームシチュー ブロッコリーのごまドレッシング和え	鶏ムネ肉 牛乳 かつお節 スキムミルク	パン 油 さつまいも ごま 砂糖 白米 バター ごま油	玉ねぎ 人参 ブロッコリー きゅうり キャベツ しめじ ほうれん草	おかか おにぎり	560
19 火	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜のフレンチ和え 牛乳	魚 スキムミルク 牛乳	白米 マヨネーズ コーン パン粉 砂糖 油	キャベツ きゅうり 人参	コーンの おにぎり	678
20 水	ごはん ツナと豆腐の卵とじ 野菜のごま和え 牛乳	ツナ缶 卵 木綿豆腐 牛乳 ヨーグルト	白米 ごま 薄力粉 砂糖 油 バター	玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ もやし	ヨーグルト スコーン	562
21 木	雑穀ごはん 照り焼きチキン もぐもぐゴンボー 牛乳	鶏肉 じゃこ ハム 牛乳	白米 雑穀米 砂糖 マヨネーズ さつまいも バター ごま	にんにく ごぼう きゅうり 人参	さつまいもの バター金平	595
22 金	ワカメご飯 鶏肉と野菜の旨煮 もやしときゅうりの中華サラダ	かつお節 鶏肉 スキムミルク 卵 わかめ	白米 砂糖 油 こんにやく ごま油 ごま 薄力粉 バター	人参 ごぼう れんこん きゅうり もやし	ごまクッキー	507
23 土	肉うどん 野菜のおかか和え	牛小間 かつお節	うどん 砂糖 油	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ キャベツ もやし	お菓子	311
25 月	お弁当デー	魚肉ソーセージ 牛乳 スキムミルク	砂糖 油 ホットケーキミックス		アメリカンドッグ	155
26 火	ごはん タンドリーチキン 青菜とコーンのごま和え 牛乳	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク 牛乳 卵 プロセスチーズ	白米 コーン ごま 砂糖 バター ホットケーキミックス さつまいも	トマトケチャップ ほうれん草 人参 キャベツ	サツマイモ ケーキ	611
27 水	麦ごはん 豚汁 野菜のじゃこ和え	豚小間 みそ じゃこ	白米 押麦 油 里芋 砂糖	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ もやし ほうれん草 キャベツ	塩昆布 おにぎり	490
28 木	お楽しみメニュー	豚小間 さくらえび	白米 ごま油 砂糖	竹の子 干椎茸 人参 きくらげ	ちまき風 おにぎり	205
29 金	ごはん 魚のクラッカー揚げ コールスローサラダ 牛乳	魚 牛乳 スキムミルク 卵	白米 クラッカー 薄力粉 油 マヨネーズ 砂糖 バター コーン	キャベツ きゅうり 人参 マーマレード	マーマレード スコーン	684
30 土	ハヤシライス 野菜とチーズのサラダ	牛小間 プロセスチーズ	白米 油	玉ねぎ 人参 トマトピューレ グリーンピース キャベツ きゅうり	お菓子	610

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料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、見るだけで気持ちが華やきます。見た目の美しさだけでなく、かずのこは「子孫繁栄」、鯛は「めでたい」、こんぶは「よるこぶ」、黒豆は「まめに暮らせるように」などそれぞれの食材が持つ意味を伝えてみてはどうでしょう。一年の幸せを願って、ご家族と一緒に美味しく味わえるといいですね!!

春の七草(七草がゆ)

1月7日は・せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの七草が入った七草がゆを食べ胃腸を労りましょう。おかゆの味付けが苦手な子どもには雑煮風やすまし汁にして食べるのもオススメです。今月の7日の献立に七草風ごはんを入れましたよ。おたのしみに!

お楽しみメニューについて

12月に入れられなかったので、1月に2回入れてます。