

1月 給食メニュー

2020年度 玉野浦保育園

日	曜	献立名	主な材料	おやつ	飲み物	主な材料
1	金	家庭保育期間				
2	土	家庭保育期間				
3	日	お休み				
4	月	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
5	火	米飯・チキンカツ ごぼうのコーンマヨ和え 味噌汁	米/チキンカツ/ ごぼう・コーン・胡瓜・人参・ツナ・マヨネーズ/ 麩・わかめ・青ねぎ	黒ゴマビスケット	お茶	
6	水	米飯・根菜ハンバーグ 胡麻和え 味噌汁	米/豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・レンコン・椎茸・鶏卵・パン粉・牛乳・スキムミルク/ ほうれん草・もやし・人参・白ゴマ/ 玉ねぎ・しめじ	★じゃこマヨ トースト	牛乳	食パン・マヨネーズ・ じゃこ・白ゴマ
7	木	七草粥 鮭の塩焼き 高野チャンフルー・フルーツ	米・せり・なすな・ごぎょう・はこべら・すずな・すずしろ・ほとけのぎ/ 鮭/ 高野豆腐・人参・もやし・キャベツ・豚肉/みかん	星たべよ	スキム ミルク	0.1歳…ばりんご減塩
8	金	米飯・チーズオムレツ コーンスローサラダ コンソメスープ	米/鶏卵・玉ねぎ・人参・しめじ・牛乳・スキムミルク・チーズ・クチャップ/ キャベツ・胡瓜・人参・コーン・カニカマ・フレンチドレッシング/ 大根・人参	★ぜんざい	お茶	小豆・砂糖 (0~2歳児:さつま芋 3~5歳児:お餅)
9	土	12時降園		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
10	日	お休み				
11	月	お休み(成人の日)				
12	火	米飯・鶏肉の香草焼き マリネ すまし汁	米/鶏肉・マヨネーズ・香草・粉チーズ・パン粉/ 大根・胡瓜・玉ねぎ・パプリカ/ 豆腐・わかめ	★磯辺餅風	お茶	うるち米・もち米・のり
13	水	米飯・メバルの煮付け 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	米/メバル/ 高野豆腐・人参・玉ねぎ・椎茸・鶏卵・絹さや/ 里芋・玉ねぎ	★きな粉パン	牛乳	超熟ロール・きな粉
14	木	ラーメン シューマイ ゼリー	中華麺・焼豚・キャベツ・もやし・人参・コーン・青ねぎ/ シューマイ/ 野菜ゼリー	シガービスケット	スキム ミルク	
15	金	米飯・南瓜コロック スパゲティサラダ 味噌汁	米/南瓜コロック/ スパゲティ・ハム・胡瓜・人参・マヨネーズ/ もやし・わかめ・油揚げ	★フルーツ ヨーグルト	お茶	ヨーグルト・フルーツ缶
16	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
17	日	お休み				
18	月	米飯・白身魚のノルウェー風 煮浸し すまし汁	米/ホキ・ケチャップ・ウスターソース/ 白菜・ほうれん草・しめじ・さつま揚げ・人参/ 大根・人参・青ねぎ	ぼたぼた焼き	スキム ミルク	
19	火	米飯・焼肉風 ひじきの三杯酢 味噌汁	米/豚肉・玉ねぎ・ピーマン・人参/ ひじき・切干大根・人参・胡瓜・油揚げ/ 豆腐・小松菜	★ジャムサンド	牛乳	パンケーキ・苺ジャム
20	水	米飯・かきあげ 卵焼き 味噌汁	米/ムキエビ・玉ねぎ・人参・さつま芋・グリーンピース/ たまご焼き/ 茄子・麩・玉ねぎ	チーズクラッカー	スキム ミルク ココア	
21	木	ボークカレーライス ハムサラダ ヨーグルト	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・カレールウ/ レタス・フロccoliリー・人参・ハム・胡麻ドレッシング/ ヨーグルト	バナナ	お茶	
22	金	お誕生会 鶏五目寿司 じゃが芋のあんかけ・かき玉汁	米・鶏肉・ごぼう・人参・こんにゃく・干し椎茸・刻みのり・錦糸卵・絹さや・桜でんぶ/ じゃが芋・鶏ミンチ・グリーンピース/ 鶏卵・玉葱・三つ葉	★マシュマロ クッキー	牛乳	マシュマロ (0~2歳児:チョコスプレー 3~5歳児:チョコチップ)
23	土	お弁当の日		せんべい OR ビスケット	水筒持参	
24	日	お休み				
25	月	米飯・麻婆豆腐 春巻き 中華スープ	米/豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・青ねぎ/ 春巻き/ もやし・人参・青梗菜	野菜かりんとう	牛乳	
26	火	米飯・ホックの塩焼き 炒り煮 味噌汁	米/ほっけ/ 大根・がんもどき・こんにゃく・人参・インゲン/ 玉ねぎ・えのき・青ねぎ	★お好み焼き	お茶	キャベツ・青ねぎ・鶏卵・ 桜海老・天かす・お好み焼き粉・ ソース・青のり・かつお節
27	水	米飯・焼きとり 磯和え すまし汁	米/鶏肉/ ほうれん草・人参・もやし・刻みのり/ そうめん・かまぼこ・貝割れ	かつばえびせん	スキム ミルク	0.1歳…ブチえびせん
28	木	パン・マカロニグラタン 野菜サラダ コンソメスープ	ロールパン/マカロニ・ウインナー・玉ねぎ・人参・ホワイトソース・スキムミルク・チーズ・パン粉/パセリ/ レタス・胡瓜・フロccoliリー・パプリカ・和風ドレッシング/ 白菜・しめじ	★おにぎり	お茶	米・鮭ふりかけ
29	金	炊き込みご飯 揚げ出し豆腐 興沢山汁	米・鶏肉・ごぼう・人参・油揚げ・インゲン/ 豆腐・太ごら粉・青ねぎ/ 大根・赤こんにゃく・ごぼう・玉ねぎ・青ねぎ	ホームパイ	牛乳	
30	土	きらきら劇場				
31	日	お休み				

都合により献立を変更する場合があります。 掲示でお知らせしますのでご了承ください。
 ★印の日は手作りおやつです。 手作りおやつ以外は市販のお菓子になります。
 アレルギーのあるお子さんには個別メニューで調理しています。 除去食等について、いつでもお尋ねください。
 0・1歳児のおやつは、食材により乳幼児菓子に変更する場合があります。
 0~2歳児は、午前中に牛乳を飲んでいただきます。

