

令和元年度



1月給食献立表



なかよし保育園

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
6月	だしまき卵 黒豆 ごぼうの鶏肉巻き お雑煮 炊き込みご飯	みかん マリービスケット	厚焼きたまご・黒豆・ ごぼうの鶏肉巻き・木 綿豆腐・シーチキン缶 詰・油揚げ	冷凍さといも・も ち・精白米・マ リービスケット	ごぼう・だいこん・ にんじん・ねぎ・干 しいたけ・みかん
7火	カレーライス ツナサラダ バナナ スキムミルク	ワッフル 乳酸菌飲料	牛肉・バーモンドカ レー・シーチキン缶・ ワッフル(鶏卵・乳)・ 乳酸菌飲料(乳)・スキ ムミルク	精白米・じゃがい も・マヨネーズ (鶏卵)	にんじん・たまねぎ・ キャベツ・きゅうり・ トマト・バナナ
8水	にくうどん カニカマの天ぷら ほうれん草の和え物 ミカンゼリー	大学芋	牛肉・色板(鶏卵)・ かにかまぼこ(鶏 卵)・鶏卵(天ぷら)	細うどん・さつま いも	にんじん・ほうれん そう・ねぎ・ミカン ゼリー
9木	鶏肉の照り焼き ほうれん草と人参の和え物 野菜の味噌汁 ご飯 おじゃこ	ヨーグルト チョイス	鶏肉・木綿豆 腐・油揚げ・ ヨーグルト	精白米・ジャガイ モ・チョイス	にんじん・ほうれんそう・ ねぎ・大根
10金	鮭の塩焼き 白菜こんぶの和え物 豚汁 ご飯 黒ゴマ スキムミルク	卵サンド 牛乳	塩鮭・しらす干し・木綿 豆腐・豚肉・鶏卵(卵サ ンド)・スキムミルク・ 普通牛乳	じゃがいも・板こんに やく・食パン・マ ヨネーズ(鶏卵)	はくさい・にんじ ん・だいこん・ね ぎ・しおこんぶ
11土	にくうどん ふりかけご飯	白い風船	牛肉・かつおふ りかけ	細うどん・精白 米・白い風船	にんじん・ほうれん そう・ねぎ
13月	成人の日				
14火	ちゃんぽん さつまいもの天ぷら ブロッコリー バナナ スキムミルク	ジャムサンド ココア	豚肉・鶏卵(天ぷ ら)・色板(鶏卵)・ ココア・スキムミルク	中華麺・さつま いも・食パン	キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ 青ピーマン・もやし・ブロッ コリー・バナナ・イチゴジャム
15水	から揚げ 千切りキャベツ トマト 野菜たっぷりスープ ご飯 おじゃこ	イチゴ オレンジ	鶏肉・ベーコ ン・しらす干し	じゃがいも・精白 米・マヨネーズ (鶏卵)	キャベツ・トマト・にんじ ん・だいこん・ねぎ・きゅ うり・いちご・オレンジ
16木	鯖のみそ焼き 南瓜の煮物 ひじきの煮物 ご飯 黒ゴマ	フルーツヨーグル	さわら・鶏肉・ 油揚げ・プレー ンヨーグルト	精白米・南瓜	ひじき・にんじん・ 青ピーマン・みかん 缶・桃缶・バナナ
17金	おでん きゅうりとささみの和え物 ご飯 おじゃこ スキムミルク	じゃこトースト りんごジュース	鶏卵(おでん)・厚揚 げ・竹輪(鶏卵)・し らす干し・スキムミル ク	板こんにやく・じゃ がいも・精白米・食 パン・マヨネーズ (鶏卵)	だいこん・塩昆布・きゅ うり・あおのり・リンゴ ジュース
18土	牛丼 豆腐とわかめのすまし汁	かつばえびせん	牛肉・木綿豆腐	精白米・かつばえ びせん	にんじん・玉ねぎ・ ねぎ・乾わかめ
20月	筑前煮 かにかまの天ぷら いんげん ご飯 おじゃこ	ウインナードック カルピス	大豆水煮・鶏肉・高野豆腐・か にかま(鶏卵)・竹輪(鶏卵)・鶏 卵(てんぷら)・しらす干し・ア メリカンドック(鶏卵)・カルピ ス	板こんにやく・精 白米	ごぼう・にんじん・ 水煮れんこん・大 根・いんげん

日曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
21火	焼き豚ラーメン 白菜とさつま揚げの和え物 みかん スキムミルク	フレンチトースト	焼き豚・色板(鶏卵)・ さつま揚げ(鶏卵)・普 通牛乳・鶏卵(フレンチ トースト)	中華めん・精白 米・食パン	にんじん・ねぎ・も やし・はくさい・み かん
22水	豚のしょうが焼き ブロッコリー トマト マカロニスープ ご飯 おじゃこ	ホットケーキ 幼児りんご	豚肉・ハム(鶏 卵)・しらす干 し・豆乳	マカロニ・精白米・マ ヨネーズ(鶏卵)・ ホットケーキミックス	しょうが・玉ねぎ・ブロッ コリー・トマト・にんじん・きゅ うり・ねぎ・リンゴジュース
23木	コロッケ 千切りキャベツ トマト 野菜と卵のスープ ご飯 おじゃこ スキムミルク	バナナ オレンジ	鶏卵・しらす干 し・脱脂粉乳	精白米・マヨネー ズ(鶏卵)・卵蒸 しパン(鶏卵)	キャベツ・トマト・たまね ぎ・にんじん・ねぎ・パナ ナ・オレンジ
24金	ミックスフライ ブロッコリー トマト 野菜スープ ご飯 おじゃこ スキムミルク	たまご蒸しパン 野菜ジュース	ささみフライ・エビ フライ	精白米・マヨネー ズ(鶏卵)・卵蒸 しパン(鶏卵)	ブロッコリー・トマト・ きゅうり・にんじん・だい こん・ねぎ・野菜ジュース
25土	コロッケ ツナサラダ ロールパン	ハッピーターン	コロッケ・シー チキン缶	マヨネーズ(鶏 卵)・ロールパ ン・ハッピーター ン	キャベツ・きゅう り・トマト
27月	麻婆豆腐 チンゲンとささみの和え物 ご飯 おじゃこ	カステラ 牛乳	木綿豆腐・合い挽き 肉・しらす干し・牛 乳・麻婆豆腐の素	精白米・カステラ (鶏卵)	にら・ねぎ・にんじ ん・たまねぎ・チン ゲンサイ
28火	ハヤシライス かにかまサラダ パイナップル スキムミルク	プリン マリービスケット	牛肉・ハヤシライスの 素・かにかまぼこ(鶏 卵)・プリン(鶏卵・ 乳)・スキムミルク	精白米・じゃがい も・マヨネーズ(鶏 卵)・マリービス ケット	たまねぎ・にんじ ん・きゅうり・だい こん・パイナップル
29水	煮魚 人参の甘煮 さつまいもの煮物 けんちん汁 ご飯 黒ゴマ	みかん とんがりコーン	ぶり・豚肉・木 綿豆腐・油揚げ	冷凍さといも・精白 米・さつまいも・とん がりコーン	ごぼう・にんじん・ だいこん・ねぎ・み かん
30木	焼肉 野菜炒め 卵とワカメのスープ ご飯 おじゃこ	マスカットゼリー プリッツ	牛肉・鶏卵(スー プ)・しらす干し	精白米・プリッツ	キャベツ・たまねぎ・にんじ ん・青ピーマン・乾わかめ・ね ぎ・マスカットゼリー
31金	ミートスパゲッティ チーズサラダ バナナ スキムミルク	ハムロールパン 乳酸菌飲料	合い挽き肉・切れてる チーズ(乳)・スキム ミルク・乳酸菌飲料	スパゲティ・マヨネー ズ(鶏卵)・ハムロー ルパン(鶏卵)	たまねぎ・にんじん・トマ トピューレ・キャベツ・ト マト・きゅうり・バナナ

※ ※ ※ 2歳以上のクラスの火曜日・金曜日には、給食時にスキムミルクが付きます。
※ ※ ※ おやつは、保育園で手作りしているおやつです。
※ ※ ※ ちょうちん組の献立は、月齢や進み具合により変更する場合があります。
※ ※ ※ 朝10時のおやつは、ちょうちん組・ひよこ組は、普通牛乳と市販のお菓子が、
 うさぎ組・りす組には、スキムミルクと市販のお菓子が付きます。
※ ※ ※ 白いご飯の献立の日には、ご飯の上に、おじゃこか黒ゴマが付きます。
※ ※ ※ 仕入れなどの都合により、献立を変更する場合があります。
※ ※ ※ 変更があった場合は、今日の給食の写真で報告します。



