

令和3年



# 1月の献立表



★は手作りおやつです

日曜日	献立名	給食 主な材料	おやつ	
4月	鮭寿司 マカロニサラダ 巻きふのすまし汁 オレンジ	鮭、みつば、刻みのり マカロニ、ウインナー、きゅうり 巻きふ、みつば オレンジ	牛乳	ミニサラダ せんべい
5火	豚丼 きゅうりとわかめの酢の物 大根のみそ汁 黄桃	豚肉、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、青ねぎ きゅうり、わかめ、ミニトマト 大根、青ねぎ 黄桃	牛乳	ぼたぼた焼き
6水	ビーフカレー 海藻サラダ バナナ	牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋 海藻ミックス、レタス、サニーレタス、きゅうり、ミニトマト バナナ	牛乳	★ジャムサンド クラッカー
木	厚揚げと白菜のうま煮 彩り野菜とマカロニのサラダ じゃが芋のみそ汁 パイナップル	厚揚げ、人参、白菜、しいたけ、いんげん ブロッコリー、マカロニ、パプリカ、カリフラワー じゃが芋、青ねぎ パイナップル	牛乳	★キャロット ケーキ
8金	豚肉とキャベツのごまみそ炒め じゃこ入り卵焼き ほうれん草のみそ汁 りんご	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ごま 卵、ちりめんじゃこ、青ねぎ、玉ねぎ、しいたけ ほうれん草、コーン りんご	牛乳	★クリスマスビーザ
9土	牛肉ときのこの混ぜごはん ツナサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	牛肉、しめじ、えのき、人参、いんげん シーチキン、レタス、きゅうり、コーン 豆腐、みつば オレンジ	牛乳	ハッピーターン
12火	さわらの竜田揚げ 大根の土佐和え 白菜のみそ汁 パイナップル	さわら、サラダ菜、トマト 大根、きゅうり、かつお節 白菜、薄揚げ、青ねぎ パイナップル	牛乳	★きな粉蒸しパン
13水	そばめし もやしとささみのナムル ブロッコリーのおかか和え さつま芋のみそ汁 / 黄桃	やきそば麺、米、豚肉、人参、ピーマン、キャベツ もやし、きくらげ、鶏ささみ肉、きゅうり、ミニトマト ブロッコリー、かつお節 さつま芋、青ねぎ / 黄桃	牛乳	満月ボン
14木	がんもどきの煮物 ごぼうのごまドレサラダ 玉ねぎのみそ汁 バナナ	がんもどき、人参、しいたけ、いんげん、白菜 ごぼう、ハム、きゅうり、人参、ごま 玉ねぎ、青ねぎ バナナ	牛乳	★マロンマフィン
15金	肉じゃが 青菜ときのこの和え物 厚揚げのみそ汁 りんご	牛肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、グリーンピース 小松菜、ほうれん草、しめじ、えのき、人参 厚揚げ、ねぎ りんご	牛乳	★コーンフレーク ヨーグルト
16土	小松菜とじゃこの混ぜごはん スパゲッティサラダ えのきとわかめのすまし汁 オレンジ	小松菜、ちりめんじゃこ、人参 スパゲッティ、きゅうり、ウインナー えのき、わかめ オレンジ	牛乳	雪の宿
18月	ポークチャップ ほうれん草ときのこのキッシュ キャベツのスープ オレンジ	豚肉、玉ねぎ、サニーレタス ほうれん草、しめじ、卵 キャベツ、コーン、パセリ オレンジ	牛乳	野菜かりんとう
19火	さばのおろし煮 青菜の白和え かぼちゃのみそ汁 パイナップル	さば、土生姜、大根、トマト 小松菜、ほうれん草、豆腐、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ パイナップル	牛乳	★いちごプリン



平野保育園

日曜日	献立名	給食 主な材料	おやつ	
20水	鶏のから揚げ 卵の花 きのこのみそ汁 バナナ	鶏肉、サラダ菜、トマト ひじき、おから、ちくわ、人参、青ねぎ、しいたけ しめじ、えのき、青ねぎ バナナ	牛乳	チョコイス
21木	豚肉とチンゲン菜の中華炒め ポテトサラダ わかめのスープ 黄桃	豚肉、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、絹さや じゃが芋、ハム、きゅうり わかめ、豆腐、青ねぎ 黄桃	牛乳	★クリスマス クッキー
22金	田舎煮 三色バリバリサラダ 色板のすまし汁 みかん	鶏肉、れんこん、ごぼう、人参、里芋、板こんにゃく、いんげん キャベツ、人参、きゅうり、ワンタンの皮 色板、ほうれん草 みかん	牛乳	★ウインナーパン
23土	チャーハン かぼちゃサラダ 厚揚げのスープ オレンジ	ウインナー、人参、玉ねぎ、コーン、グリーンピース かぼちゃ、きゅうり、ウインナー、ミニトマト 厚揚げ、青ねぎ オレンジ	牛乳	味しらべ
25月	高野豆腐の含め煮 春雨の酢の物 はんぺん汁 黄桃	高野豆腐、人参、えび、しいたけ、いんげん 春雨、きゅうり、ハム、ごま はんぺん、みつば 黄桃	牛乳	★ポップコーン
26火	チーズハンバーグ ジャーマンポテト チンゲン菜のスープ オレンジ	ハンバーグ、チーズ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、ベーコン、パセリ チンゲン菜、コーン オレンジ	牛乳	★フルーツ ヨーグルト
27水	鶏の照り焼き 豆腐サラダ 根菜汁 パイナップル	鶏肉、サラダ菜、トマト、土生姜 豆腐、レタス、サニーレタス、かいわれ大根、きゅうり 大根、青ねぎ、人参、ごぼう パイナップル	牛乳	シガーフライ
28木	いわしのかば焼き れんこんのきんぴら 卵のみそ汁 みかん	いわし、サラダ菜、トマト れんこん、人参、いんげん、糸こんにゃく、ごま 卵、玉ねぎ、青ねぎ みかん	牛乳	★きなこ団子
29金	小松菜と卵のラーメン 中華サラダ 鶏肉団子の甘酢あんかけ バナナ	中華麺、小松菜、うずら卵、人参、玉ねぎ きゅうり、レタス、サニーレタス、ごま 鶏肉団子、人参、玉ねぎ、パプリカ バナナ	牛乳	★オレンジゼリー
30土	鶏ごぼうごはん ビーフンサラダ ふのすまし汁 オレンジ	鶏肉、人参、ごぼう、薄揚げ、グリーンピース ビーフン、ウインナー、きゅうり ふ、みつば オレンジ	牛乳	黒糖ミルク せんべい

