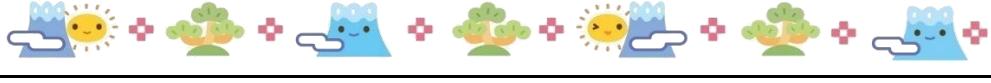




年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう



| | 5(月) | 6(火) | 7(水) | 8(木) | 9(金) |
|-----|---|--|--|---|--|
| 献立 | 松風焼き 白菜サラダ ニラ玉スープ フルーツ | とんかつ 茹でキャベツ ひじきと大豆煮 油揚げのみそ汁 フルーツ | 鶏のみそ焼き ごぼうのごまマヨ和え 具だくさん汁 フルーツ | みそラーメン 紅白なます 黒豆 フルーツ | 切干大根の玉子焼き チンゲン菜のお浸し かぶのみそ汁 田作り フルーツ |
| 材料 | 鶏ひき肉、豆腐、ねぎ 玉ねぎ、白菜、りんご 胡瓜、人参、ニラ もやし、卵 | 豚肉、キャベツ 水煮大豆、ひじき 油揚げ、人参、いんげん 小松菜、玉ねぎ | 鶏肉、ごぼう ほうれん草、人参 さつま芋、豆腐、大根 えのき、ねぎ | 中華麺、豚肉、玉ねぎ 人参、もやし キャベツ、コーン缶 ねぎ、大根、黒豆 | 豚ミンチ、切干大根、卵 人参、チンゲン菜 キャベツ、かぶ 油揚げ、わかめ、ねぎ ごまめ |
| おやつ | チーズホットケーキ・牛乳 | オレンジゼリー・牛乳 | 七草粥・お茶 | 黒糖蒸しパン・牛乳 | ぜんざい・お茶 |
| | 12(月) | 13(火) | 14(水) | 15(木) | 16(金) |
| 献立 | 成人の日 | | | | |
| 材料 |  | | | | |
| おやつ | ちくわと さつま芋のてんぷら 青菜のごまみそ和え けんちん汁 フルーツ | 魚のフライ 茹でブロッコリー マカロニソテー 野菜スープ フルーツ | ハヤシライス ドレッシングサラダ フルーツ | おでん 白菜とコーンの ごまサラダ わかめのみそ汁 フルーツ | |
| | 19(月) | 20(火) | 21(水) | 22(木) | 23(金) |
| 献立 | 魚の野菜蒸し じゃが芋の煮っころがし 豆腐のすまし汁 フルーツ | すき焼き風煮 青菜のおひたし 麸のみそ汁 フルーツ | 魚のカレームニエル 青菜のソテー ¹ コンソメスープ フルーツ | うどん チンゲン菜と ハムのごま酢 フルーツ | 高野豆腐の玉子とじ ほうれん草と ツナの中華和え 白菜のみそ汁 フルーツ |
| 材料 | 魚の切り身、人参 玉ねぎ、キャベツ もやし、じゃが芋 豆腐、白菜、ねぎ | 豚肉、玉ねぎ、人参 白菜、焼き豆腐 こんにゃく、じゃが芋 ほうれん草、キャベツ 麸、わかめ、ねぎ | 魚の切り身、ベーコン 小松菜、コーン缶 人参、キャベツ、豆腐 えのき | 鶏肉、うどん、玉ねぎ 干し椎茸、人参 チンゲン菜、キャベツ ロースハム | 高野豆腐、むきえび 玉ねぎ、人参、いんげん 干し椎茸、卵、油揚げ ほうれん草、もやし ツナ缶、キャベツ、白菜 |
| おやつ | バナポン・牛乳 | 大学芋・牛乳 | 大根蒸しパン・牛乳 | 中華おにぎり・お茶 | うどんかりんとう・牛乳 |
| | 26(月) | 27(火) | 28(水) | 29(木) | 30(金) |
| 献立 | 魚と大根の煮付 ブロッコリーのサラダ さつま芋のみそ汁 フルーツ | ロールパン チリコンカーン 茹で野菜 コンソメスープ フルーツ | 肉じゃが のり和え 厚揚げのみそ汁 フルーツ | ブルコギ丼 さつま芋の甘煮 大根と カニカマのスープ フルーツ | 魚の照り焼き ほうれん草と 切り干しのお浸し さつま芋のシチュー フルーツ |
| 材料 | 魚の切り身、大根 人参、ブロッコリー コーン缶、ツナ缶 | ロールパン、豚肉 玉ねぎ、人参、大豆 キャベツ、ブロッコリー じゃが芋、しめじ パセリ | 豚肉、人参、玉ねぎ 糸こんにゃく、じゃが芋 グリンピース、キャベツ のり、厚揚げ、ねぎ | 豚肉、玉ねぎ、人参 ニラ、さつま芋、大根 カニカマ | 魚の切り身、豚肉、人参 さつま芋、玉ねぎ しめじ、コーン缶 グリンピース、切干大根 ほうれん草、キャベツ |
| おやつ | お好み焼き・牛乳 | クラッカーサンド・牛乳 | 麸のラスク・牛乳 | フライドポテト・牛乳 | マドレーヌ・牛乳 |
| 献立 |  | | | | |
| 材料 | <p>あけましておめでとうございます。 お正月は楽しく過ごせましたか？ 今年もお友達と一緒に楽しく給食を食べて元気に遊びましょう。 今月はお正月にちなんで「おせち料理」紅白なます・田作り・黒豆をメニューに取り入れてみました。日本ならではの和食献立を味わってほしいです。 本年もよろしくお願ひします。</p>  | | | | |
| おやつ |  | | | | |

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。

3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

21日(水)は、クッキング(大根蒸しパン)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。

都合により献立を変更する場合がありますがご了承下さい。



みずほ保育園