

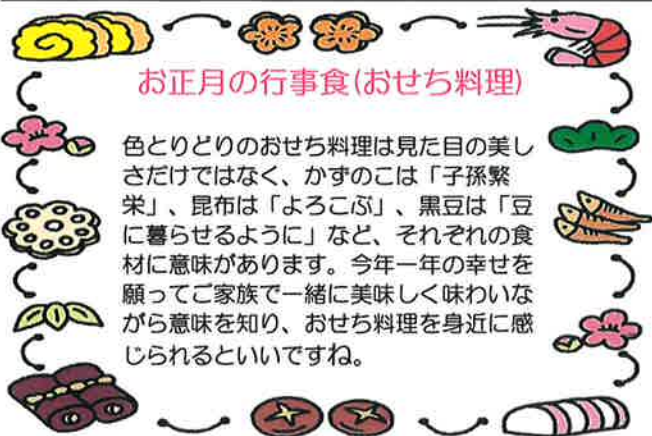


1月 給食予定献立表



令和2年12月28日 小柳保育園

日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱ゆ力になる)	おやつ
4	月	えび天うどん チーズ パイン缶	えび天・板かま 卵・牛乳	ほうれん草・わかめ 長ねぎ・パイン缶	うどん 油・チーズ	ヨーグルト おかし
5	火	ごはん 五目卵焼き 小松菜の胡麻和え 豆もやし炒め 豚汁風味噌汁 オレンジ	鶏ひき・卵 豚肉・牛乳	人参・ささげ・ひじき・椎茸 小松菜・豆もやし・玉ねぎ・オレンジ	ごはん・ごま 糸こんに	牛乳 おかし
6	水	チャーハン 餃子 棒棒鶏サラダ トマト 澄まし汁 フルーツカクテル	餃子・鶏むね・卵 豆腐・焼豚・牛乳	長ねぎ・人参・きゅうり・もやし トマト・えのき・椎茸・フルーツ缶	ごはん・糸こんに 片栗粉	牛乳 おかし
7	木	パン 手作りハンバーグ きゅうりとトマトのマリネ ポテト きゃべつと卵のスープ パナナ	合いびき肉・卵 ハム・牛乳	玉ねぎ・きゅうり・トマト キャベツ・パナナ	パン ポテト	牛乳 おかし
8	金	けの汁 ふりかけごはん 千キャベツ 野菜コロッケ りんご	油揚げ 牛乳	大根・人参・ふき・わらび ゼンマイ・キャベツ・りんご	ごはん ふりかけ	牛乳 おかし
9	土	カツカレー 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	サラダファミリー とんかつ・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり トマト・福神漬け・ジュース	ごはん ルー・油	牛乳 おかし
12	火	ごはん 酢豚風 板かま ブロッコリーのツナ和え もずくの味噌汁 オレンジ	から揚げ・板かま ツナ・豆腐・牛乳	人参・玉ねぎ・ピーマン・椎茸 ブロッコリー・もずく・オレンジ	ごはん 油	牛乳 おかし
13	水	ごはん 魚の竜田揚げねぎソース 小松菜磯和え 大根すり身煮 なすの味噌汁 パナナ	魚の竜田揚げ・油揚げ すり身ボール・牛乳	長ねぎ・万能ねぎ・小松菜 のり・大根・なす・パナナ	ごはん 油	牛乳 おかし
14	木	<お誕生会>スパゲティーミートソース サラダ ベーコンポテトオムレツ スープ パイン缶 ゼリー	豚ひき・ベーコン 卵・はんぺん・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり・コーン ブロッコリー・ほうれん草・パイン缶	スパゲティー じゃがいも・チーズ	ヤクルト ケーキ
15	金	麻婆丼 野菜ナムル 具沢山中華スープ りんご	豆腐・豚ひき 卵・牛乳	長ねぎ・もやし・きゅうり・人参 ほうれん草・チンゲン菜・人参・りんご	ごはん ごま油	牛乳 おかし
16	土	ビーフシチュー 福神漬け 和風サラダ アンパンマンジュース	サラダファミリー 牛肉・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり わかめ・トマト・福神漬け・ジュース	ごはん ルー・油	牛乳 おかし
18	月	味噌バターコーンラーメン オレンジ	焼豚・なると 卵・牛乳	もやし・長ねぎ・メンマ・コーン わかめ・オレンジ	中華麺・バター ラーメンスープ	牛乳 おかし
19	火	お雑煮 わかめごはん 煮豆 レタス えびカツ みかん	鶏もも・えびカツ 煮豆 牛乳	わかめ・人参・ごぼう・大根・長ねぎ 三つ葉・椎茸・レタス・みかん	ごはん 油	牛乳 おかし
20	水	ごはん 煮魚 筑前煮 きゅうりサラダ 白菜としめじの味噌汁 りんご	赤魚・鶏もも カニカマ・牛乳	しょうが・人参・筍・ごぼう・大根 蓮根・きゅうり・しめじ・白菜・りんご	ごはん	牛乳 おかし
21	木	パン 鶏のから揚げ もやしのカレー炒め 人参サラダ 中華コーンスープ パナナ	鶏もも・卵 ハム・牛乳	人参・玉ねぎ・もやし・ピーマン コーン・パナナ	パン・油 片栗粉	牛乳 おかし
22	金	焼き鳥丼 ポテトサラダ トマト 具沢山味噌汁 オレンジ	鶏もも・ハム 油揚げ・牛乳	玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・トマト 舞茸・長ねぎ・わかめ・オレンジ	ごはん・タレ じゃがいも	牛乳 おかし
23	土	ポークカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚肉・たまご サラダプラス・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・ジュース	ごはん ルー・油	牛乳 おかし
25	月	肉うどん オレンジ	豚肉・板かま 卵・牛乳	ほうれん草・長ねぎ オレンジ	うどん	ジョア おかし
26	火	ごはん 焼肉 無限ピーマン かぼちゃ煮 きゃべつ味噌汁 パイン缶	豚肉・ツナ 油揚げ・牛乳	玉ねぎ・ピーマン・かぼちゃ キャベツ・パイン缶	ごはん・砂糖 ごま油	牛乳 おかし
27	水	ごはん 鮭のタルタルフライ 千キャベツ ブロッコリー 大根となめこの味噌汁 パナナ	鮭フライ・卵 牛乳	キャベツ・玉ねぎ・ピクルス・人参 ブロッコリー・大根・なめこ・パナナ	ごはん・油 マヨネーズ	牛乳 おかし
28	木	ごはん 春巻き チンジャオロース トマト もやしと人参の味噌汁 りんご	豚肉・春巻き 牛乳	筍・ピーマン・トマト もやし・人参・りんご	ごはん 油	牛乳 おかし
29	金	納豆ご飯 豚汁 スパゲティーサラダ パナナ	豚肉・納豆・ハム 焼豆腐・牛乳	きゅうり・人参・ごぼう・白菜・玉ねぎ キャベツ・長ねぎ・しめじ・パナナ	ごはん・糸コン スパゲティー・マヨ	牛乳 おかし
30	土	チキンカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	鶏肉・卵 サラダプラス・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・ジュース	ごはん ルー・油	牛乳 おかし



お正月の行事食(おせち料理)

色とりどりのおせち料理は見た目の美しさだけではなく、かすのこは「子孫繁栄」、昆布は「よるこぶ」、黒豆は「豆に暮らせるように」など、それぞれの食材に意味があります。今年一年の幸せを願ってご家族と一緒に美味しく味わいながら意味を知り、おせち料理を身近に感じられるといいですね。

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。
◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。

<給食室から一言>

新年あけましておめでとうございます。
新型コロナウイルスの影響で昨年は行事が今まで通りとはいかず、私たち給食職員も状況を見て工夫しながらの給食提供となりました。園では食事の手洗い、消毒を習慣付けています。ご家庭でも手洗い、うがい、食事の栄養バランスや十分な睡眠など、予防へのご協力をお願いします。新しい年も子供たちの好奇心や食育を育てていきたいと思っております。今年もどうぞよろしくお願いいたします。