



# 1月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2020年

日 曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
6 月	年明けうどん ツナと花野菜のごまよごし キャンディチーズ 黄桃缶	油揚げ・わかめ/ツナ缶 キャンディチーズ	うどん・花麩/すりごま 砂糖	ねぎ/ブロッコリー・カリフラワー 人参/黄桃缶	だし・醤油・みりん
7 火	菜めしごはん タラの付け焼き 玉子焼き 根菜のそぼろ炒め プチゼリー	白身魚/厚焼きたまご 鶏肉/プチゼリー	米/油・砂糖	菜めしの葉/蓮根・ごぼう・大根 人参・グリーンピース	醤油・みりん・だし
8 水	とりそぼろ丼 じゃが芋の煮っころがし 具沢山のみそ汁 バナナ	鶏肉/油揚げ・みそ	米・油・砂糖/じゃが芋	しょうが・ほうれん草・人参 もやし・ごぼう・ねぎ/バナナ	みりん・醤油・だし
9 木	エビフライ 春巻き 紅白なます ごはん 白玉団子の雑煮 リンゴ	えびフライ/春巻き	油・砂糖・米/白玉団子	大根・人参/もち菜・白菜・椎茸 りんご	塩・酢・だし・醤油
10 金	ハッシュドポーク コーンと白菜のサラダ チキンナゲット オレンジ	豚肉/チキンナゲット	米/油 ブラウンシチュールウ	玉葱・椎茸・グリーンピース/コーン 白菜・赤パプリカ/オレンジ	手作りドレッシング
14 火	発芽玄米ごはん 沢庵納豆 鮭の付け焼き 具沢山のみそ汁 グレーゼリー	米・発芽玄米/納豆・たくあん・ミニネギ・白ごま 鮭・醤油・みりん・油 里芋・切干大根・白菜・人参・わかめ・みそ・だし/グレーゼリー			
15 水	衣笠井(お豆腐井) 聖護院大根の含め煮 ちくわの磯揚げ 白桃缶	木綿豆腐・卵/ちくわ あおのり粉	米・砂糖・片栗粉/小麦粉 油	玉葱・椎茸・インゲン 聖護院大根・大根・人参 大根の葉/白桃缶	みりん・醤油・だし
16 木	お野菜たっぷりソース焼きそば 揚げ餃子 ふかし芋 100%オレンジジュース	豚肉/餃子	焼きそば・油/さつまい 芋	キャベツ・もやし・人参・ピーマン コーン・木耳/ジュース	塩・ソース
17 金	パンブキンシチュール シュリンプサラダ ごはん 食べる小魚(ごま含む) オレンジ	豚肉・牛乳/むきえび 食べる小魚	油・シチュールウ/米	南瓜・玉葱・人参・インゲン レタス・キャベツ/胡瓜/オレンジ	塩・こしょう 手作りドレッシング
20 月	さんまの塩焼き 里芋の甘みそかけ ごはん けんちん汁 パイン缶	骨なしさんま/みそ・油揚げ	油/六角里芋・砂糖/米 ごま油	大根・ごぼう・糸蒟蒻・人参 ねぎ/パイン缶	塩・みりん・だし・醤油
21 火	チーズinハンバーグ スチームドブロッコリー マッシュポテト ごはん 具沢山のスープ リンゴ	チーズinハンバーグ	油/マッシュポテト/米	ブロッコリー/南瓜・玉葱・人参 インゲン・コーン/りんご	ケチャップ・ソース・だし・塩 こしょう
22 水	チキンカツ いろいろ野菜のサラダ ごはん もやしと油揚げのみそ汁 プチゼリー	チキンカツ/油揚げ・みそ プチゼリー	油/マヨネーズ/米	大根・胡瓜・玉葱・人参・コーン もやし	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・だし
23 木	関東煮(厚揚げ・蒟蒻・大根) 焼売 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 オレンジ	厚揚げ/焼売/みそ	砂糖/米/麩	蒟蒻・大根/玉葱/オレンジ	醤油・だし・みりん
24 金	自分ではさんで! チーズバーガー (スライスチーズ・バーガーパテ・パンズ・玉葱ケチャップ) マカロニサラダ 100%グレープジュース リンゴ	バーガーパテ スライスチーズ	パンズ・油・マカロニ マヨネーズ	玉葱/コーン・胡瓜・赤パプリカ 黄パプリカ/ジュース/りんご	ケチャップ
27 月	肉団子の酢豚風 春雨の華風和え ごはん 玉子とわかめのスープ パイン缶	ミートボール/ツナ缶/卵 わかめ	油・砂糖・片栗粉/春雨 ごま油/米	玉葱・人参・たけのこ・木耳 ピーマン/キャベツ・コーン しめじ/パイン缶	中華味・酢・ケチャップ 醤油
28 火	ぶりのコロコロ竜田揚げ レモン 白菜と人参のごまあえ ごはん 豚汁 黄桃缶	ぶり/油揚げ/豚肉・みそ	片栗粉・油/すりごま・砂糖 米/里芋	しょうが/レモン/白菜・人参 ごぼう・大根・蒟蒻・ねぎ/黄桃缶	醤油・みりん・だし
29 水	カレーライス(十五穀米) ゆで玉子 コールスロー 食べる小魚(ごま含む)	豚肉/卵/食べる小魚	米・雑穀米・油・じゃが芋 カレールー	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン	手作りドレッシング
30 木	厚揚げそぼろあんかけ丼 ハムステーキ ひじきの炒め煮 オレンジ	厚揚げ・鶏肉 ハムステーキ/ひじき 油揚げ	米・砂糖・片栗粉・ごま油 油	小松菜・白菜・もやし・木耳 人参・インゲン/オレンジ	醤油・みりん・だし
31 金	ミートソーススパゲティ エビとキャベツのマリネ風 キャンディチーズ いちごのカップケーキ	牛肉・豚肉・みそ/むきえび キャンディチーズ ホイップクリーム	スパゲティ・油 ケーキミックス	にんにく・玉葱・トマト水煮・椎茸 グリーンピース/キャベツ・人参 いちご	塩・こしょう・ケチャップ ソース・手作りドレッシング

材料等の都合により献立を変更することがございます。