



1月 給食予定献立表 (新高山めぐみ幼稚園)



2019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)
4 金	ハンバーグ丼 フライドポテト 切干大根と若布のみそ汁 パイン缶 	ハンバーグ・わかめ・みそ	米・砂糖・じゃが芋・油	玉葱・ねぎ・人参・キャベツ 切干大根・パイン缶	醤油・みりん・塩・だし
7 月	菜めしごはん 麩と玉葱のみそ汁 肉じゃがコロケ 華風和え リンゴ 1/7は、 「七草粥の日」です!! 	みそ・コロケ・ツナ缶	米・麩・油・春雨・ごま油 砂糖	菜めしの素・玉葱・キャベツ コーン・胡瓜・人参・りんご	だし・酢・醤油
8 火	発芽玄米ごはん 和風麻婆豆腐 子持ちししやも お浸し オレンジ マクロビオティックの日	発芽玄米・米 木綿豆腐・玉葱・豆プラス・ねぎ・グリーンピース・椎茸・油・醤油・みりん・片栗粉 子持ちししやも 青菜・人参・白菜・花かつお・醤油 オレンジ			
9 水	鶏の銅照り焼き ごはん 具沢山のマカロニサラダ 白菜と若布のみそ汁 白桃缶 みんな大好き メニュー 	鶏肉・ツナ缶・わかめ・みそ	片栗粉・砂糖・油・米 マカロニ・マヨネーズ	胡瓜・コーン・キャベツ・人参 白菜・白桃缶	醤油・みりん・だし
10 木	雑煮 黒豆ごはん エビフライ だし巻き玉子 筑前煮 みかん お正月 メニュー 	かまぼこ・黒豆・えびフライ だし巻きたまご・鶏肉	白玉団子・米・油・里芋 砂糖	もち菜・ごぼう・人参・糸蒟蒻 インゲン・みかん	だし・塩・醤油・みりん
11 金	お野菜たっぷりソース焼きそば ふかし芋 豆腐スープ 揚げ餅 ブチゼリー 1/11は かがみ びらき 	豚肉・わかめ・ブチゼリー	焼きそば・油・さつまいも もち	人参・玉葱・キャベツ・もやし ピーマン・木耳・豆腐	塩・ソース・だし・醤油
15 火	三色丼 ひじきの炒め煮 里芋と若布のみそ汁 黄桃缶 焼売 どんぶりの日 	鶏肉・卵・ひじき・油揚げ わかめ・みそ・焼売②	米・砂糖・油・里芋	インゲン・人参・椎茸 グリーンピース・黄桃缶	みりん・醤油・塩・だし
16 水	ミートボールのケチャップ煮 野菜炒め ごはん 餃子スープ パイナップル 中華の日 	ミートボール・豚肉・餃子	油・米	玉葱・キャベツ・人参・ピーマン しめじ・にら・パイナップル	ケチャップ・塩・こしょう 醤油・中華味
17 木	発芽玄米ごはん 南瓜納豆 車麩でみそカツ 冬のけんちん汁 みかん マクロビオティックの日	発芽玄米・米 南瓜・納豆・醤油・砂糖・みりん・すりごま 車麩・小麦粉・パン粉・油・砂糖・みそ・みりん 木綿豆腐・大根・牛蒡・蓮根・人参・糸蒟蒻・醤油・ごま油 みかん			
18 金	カレーライス チキンナゲット コールスロー リンゴ カレーの日 	豚肉・チキンナゲット	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参・キャベツ・胡瓜 コーン・りんご	手作りドレッシング
21 月	自分でにぎって！大きなおにぎり ミンチカツ 五目昆布 貝割れとえのきのスープ オレンジ 19日は、 『食育の日』でした。 1/20は 『発芽野菜の日』でした。	しらす干し・花かつお 焼きのり・メンチカツ 糸切昆布・油揚げ	米・いりごま・油・砂糖	人参・ごぼう・蓮根・インゲン かいわれだいこん・えのき オレンジ	だし・醤油・みりん
22 火	鱈の付け焼き 花かまぼこ 白菜のそぼろ煮 ごはん 大根と油揚げのみそ汁 パイン缶 和 メニュー 	さくら・かまぼこ・鶏肉 油揚げ・みそ	油・砂糖・米	白菜・人参・グリーンピース・大根 パイン缶	醤油・みりん・だし
23 水	焼肉 ごはん 三色ナムル 若布スープ オレンジ みんな大好き メニュー 	豚肉・わかめ	油・砂糖・米・いりごま ごま油	にんにく・しょうが・玉葱 赤パプリカ・ピーマン・もやし 人参・胡瓜 オレンジ	醤油・みりん・塩・こしょう だし
24 木	ウインナーと茸の和風スパゲティ フライドスイートポテト 食べる小魚(ごま含む) 乳酸菌飲料 パスタの日 	ウインナー・食べる小魚 乳酸菌飲料	スパゲティ・油・さつまいも	えのき・しめじ・椎茸・玉葱・青菜 人参	塩・こしょう・みりん・醤油
25 金	ロールパン クリームシチュー 白身魚フライ コーンサラダ ブチゼリー パンの日 	鶏肉・牛乳・白身フライ ブチゼリー	ロールパン・じゃが芋・油 シチュールー	人参・玉葱・ブロッコリー・コーン キャベツ	手作りドレッシング
28 月	回鍋肉 春巻き ごはん 春雨入り中華スープ リンゴ 中華の日 	豚肉・みそ・春巻き・わかめ	砂糖・ごま油・油・米・春雨	にんにく・キャベツ・玉葱 ピーマン・白菜・にら・人参 りんご	みりん・中華味・醤油
29 火	お野菜たっぷり尾道ラーメン チキンカツ スチームブロッコリー もみじ饅頭 ご当地グルメ 広島	豚肉・チキンカツ	ラーメン・油・もみじ饅頭	もやし・玉葱・人参・コーン・青菜 木耳・ブロッコリー	魚介だし 醤油ラーメンの素
30 水	タラのココロコ童湯揚げ 小松菜と油揚げの煮浸し 発芽玄米ごはん 具沢山ののみそ汁 いよかん 薬膳料理 	白身魚・油揚げ・木綿豆腐 みそ	片栗粉・油・砂糖・米 発芽玄米	しょうが・小松菜・白菜・人参 大根・椎茸・ねぎ・いよかん	醤油・みりん・だし
31 木	チーズインハンバーグ 人参グラッセ ハッシュドポテト ごはん コンソメスープ カステラケーキ おたんじょう 会  みんな大好き メニュー 	チーズinハンバーグ ホイップクリーム	油・砂糖・じゃが芋・米 カステラ	人参・キャベツ・玉葱・コーン チェリー缶	ケチャップ・ソース・塩 コンソメ

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いいたします。