

平成30年1月献立表

二川保育園

日	曜	未満児主食	昼食	午後のおやつ	赤色	黄色	緑色	
		以上児/未満児kcal	(☆未満児 ★以上児)	(☆未満児午前 ♪手作り)	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
15	月	あんかけやしそば	★中華炒め もやしナムル 豆腐の中華スープ	♪ココアトースト 牛乳・バナナ ☆ヨーグルト	豚肉 豆腐	中華めん 食パン	白菜・玉ねぎ・もやし きゃべつ・えのき 人参・小松菜・バナナ	
29	火	ごはん	まぐろのパン粉焼き 大根のごまドレサラダ きゃべつのみそ汁	♪お好み焼き 牛乳・りんご ☆ヨーグルト (30日さくら組:ドーナツ)	まぐろ	ごはん ごま	玉ねぎ・人参・きゃべつ もやし・ほうれん草・大根 しめじ・もやし・りんご	
30	水	ごはん	鶏肉の甘酢あんかけ ひじきの煮物 玉ねぎのすまし汁	♪野菜チップス ミルクココア・みかん ☆りんご (17日きく組:フレンチトースト)	鶏肉 ひじき さつまあげ	ごはん じゃがいも こんにゃく	玉ねぎ・人参・大根 かぼちゃ・きゃべつ チンゲン菜・しいたけ みかん	
4	木	ごはん	高野豆腐と野菜の卵とじ 白菜の塩昆布和え 根菜のみそ汁	(4日:♪紅白プリン) ♪豆乳ココアプリン 麦茶・キウイフルーツ ☆おせんべい	卵 高野豆腐 昆布	ごはん さといも	白菜・大根・玉ねぎ きゃべつ・人参・ごぼう しいたけ・長ねぎ・しめじ キウイフルーツ	
18	金	ごはん	さつまいものシチュー フレンチサラダ パイナップル・チーズ	♪マカロニきなこ 牛乳・いちご ☆ヨーグルト	鶏肉 チーズ きなこ	ごはん さつまいも マカロニ	玉ねぎ・人参・コーン きゃべつ・ほうれん草 パイナップル・いちご	
5	土	卵サンドパン	魚肉ソーセージ・コーンスープ バナナ・チーズ	おかし・ヨーグルト 野菜ジュース	卵・チーズ 魚肉ソーセージ	パン	バナナ 野菜ジュース	
20	月	トマトスパゲティ	★鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 白菜のスープ	♪きつねおにぎり 牛乳・いちご ☆ヨーグルト	鶏肉 わかめ 油揚げ	スパゲティ ごはん	玉ねぎ・きゃべつ・もやし 白菜・人参・しめじ・トマト ブロッコリー・いちご	
22	火	ごはん	さわらの竜田揚げ 小松菜のおかか和え 大根のみそ汁 (23日すみれ組:コロッケ)	♪かみかみラスク 牛乳・パイナップル ☆おせんべい	さわら	ごはん フランスパン	玉ねぎ・人参・大根 小松菜・きゃべつ・水菜 しめじ・パイナップル	
9	水	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮 白菜の和え物 きゃべつのみそ汁	♪クレープ 牛乳・バナナ ☆みかん	豚肉	ごはん じゃがいも	玉ねぎ・きゃべつ・人参 白菜・もやし・大根 えのき・バナナ	
10	木	ごはん	鮭と野菜の豆腐グラタン ほうれん草のサラダ きのこのみそ汁 (11日ふじ組:すいとん)	♪きなこもち風 牛乳・りんご ☆ビスケット	さけ 豆腐 きなこ	ごはん じゃがいも	人参・きゃべつ・もやし 玉ねぎ・ほうれん草 しめじ・えのき りんご	
11	金	ごはん	トマトハヤシ きゃべつのみそ汁 キウイフルーツ・チーズ	♪セサミスティックパイ 牛乳・みかん ☆ヨーグルト	豚肉 わかめ チーズ	ごはん じゃがいも ごま	玉ねぎ・人参・トマト きゃべつ・もやし キウイフルーツ・みかん	
26	土	ツナサンドパン	魚肉ソーセージ・コーンスープ バナナ・チーズ	おかし・ヨーグルト 野菜ジュース	ツナ・チーズ 魚肉ソーセージ	パン	バナナ 野菜ジュース	
13	土	ツナサンドパン	魚肉ソーセージ・コーンスープ バナナ・チーズ	おかし・ヨーグルト 野菜ジュース	ツナ・チーズ 魚肉ソーセージ	パン	バナナ 野菜ジュース	
27	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※献立内の青色は絵本『フライパン パパ』にでてくる「クレープ」を使用したおやつを提供します。
 ※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。
 ※11・25日の鮭と野菜の豆腐グラタンはうめ組の保護者からの紹介メニューです。
 ※11日はふじ組がすいとんを作り昼食に食べるのでふじ組の白飯はいりません。17日はきく組がフレンチトーストを作りおやつに食べます。23日はすみれ組がコロッケを作り昼食に食べます。30日はさくら組がドーナツを作りおやつに食べます。
 31日はもも組がパンを作り昼食に食べます。※19日は以上児の白飯はいりません。

♪『フライパン パパ』♪

ぞうさんママがお出かけしたある日、子どものぼんぼが言いました。
 「パパはちからもち、だけど、料理はママにはかなわないよね。」
 「とんでもない！料理ならまかせなさい！」すると、パパの耳がフライパンにへんしーん！
 パパは上手に料理ができるかな？

『鏡開き』

関東では一般的に、1月11日が鏡開きとされています。お正月に神様にお供えていた鏡餅を下げ、食べるならわしです。鏡餅は穀物の年神様のお供え物であり、神様の魂が宿るとされています。そのため、鏡餅を食べることで、無病息災・健康長寿・子孫繁栄など良縁が期待できると言われています。
 園では白玉粉を使って、きなこもち風にしておやつに食べます。



※都合により献立、食材が変更になる場合があります。 ※以上児のエネルギーは、主食を含んでいない時は未満児より低くなります。