

令和 4年1月 献立表 (後期・完了期)

二川保育園 (内藤作成)

日 曜	献立名			赤 色	黄 色	緑 色
	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	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
17 ・ 月 31	バナナ	味噌煮込みうどん 鶏肉と大根の煮物 かぶの浅漬け	♪おかずパン 麦茶 みかん	鶏肉 豚肉	うどん パン	玉ねぎ・人参・ きゃべつ かぶ・ 大根 ・長ねぎ・ 水菜 しめじ・ みかん ・バナナ
4 火	おせんべい	ごはん ツナの煮物 ひじきサラダ オニオンスープ	♪ホットケーキ 麦茶 みかん	ツナ ひじき	ごはん さつまいも	玉ねぎ・人参・コーン みかん
18 火	さつまいも煮	ごはん たららの煮物 ブロッコリーサラダ 豆乳のスープ	♪いちごゼリー 麦茶 おせんべい	たら	ごはん さつまいも	玉ねぎ・人参・ 白菜 大根 ・ブロッコリー・コーン いちご
5 ・ 水 19	人参スティック	ごはん きゃべつの肉みそ炒め 大根のサラダ ごぼうのスープ	♪信玄いも 麦茶 みかん	豚肉 のり かつお節	ごはん きな粉 さつまいも	玉ねぎ・人参・ きゃべつ もやし・ 大根 ・ ごぼう ・舞茸 ほうれん草 ・ みかん
6 ・ 木 20	バナナ	ごはん ぶりのゆず風味焼き 青菜の炒め和え 白菜のみそ汁	♪揚げパスタ 麦茶 オレンジ	ぶり わかめ	ごはん じゃがいも パスタ麺 麩	玉ねぎ・人参・しいたけ 白菜 ・ ゆず ・えりんぎ 小松菜 ・もやし・バナナ・オレンジ
7 金	いちご	ごはん さつまいも煮 きゃべつのサラダ 人参スープ	♪七草かゆ 麦茶 バナナ	鶏肉	ごはん さつまいも	玉ねぎ・人参・ きゃべつ コーン・ ほうれん草 ・ 七草 かぶ・ いちご ・バナナ
8 ・ 土 29	おかし	ごはん 鶏肉の煮物 野菜スープ バナナ	おせんべい 麦茶 バナナ	鶏肉	ごはん	玉ねぎ・人参・バナナ
24 月	バナナ	かぼちゃほうとう つくね ほうれん草のおかか和え	♪鮭おにぎり 麦茶 オレンジ	鶏ひき肉 かつお節 豆腐 鮭	ほうとう ごはん	長ねぎ・人参・ ほうれん草 かぼちゃ・ 白菜 ・ 大根 もやし・オレンジ
11 ・ 火 25	きゅうりスティック	ごはん たららの照り焼き ポテトと野菜のサラダ 水菜のスープ	♪蒸しパン 麦茶 バナナ	たら	ごはん じゃがいも コーンフレーク	玉ねぎ・人参・ ブロッコリー 水菜 ・ きゃべつ ・しめじ コーン・きゅうり・バナナ
12 ・ 水 26	おせんべい	パン アルペンマカロニ ウルストケーゼサラダ ビュンドナーゲルシュテンズツペ	♪キャロットケーキ 麦茶 みかん	魚肉ソーセージ ベーコン	パン 大麦 マカロニ じゃがいも	玉ねぎ・人参・ レタス セロリ ・ 水菜 ・ 小ねぎ りんご ・ みかん
13 ・ 木 27	さつまいも煮	ごはん かわいいの甘酢あんかけ もやしのサラダ きゃべつのみそ汁	♪かぼちやしるこ 麦茶 オレンジ	かわいい 豆腐 あずき	ごはん さつまいも	玉ねぎ・人参・しいたけ もやし・えのき・しめじ・きゅうり かぼちや・ きゃべつ ・オレンジ
14 ・ 金 28	人参スティック	ごはん 和風煮 白菜とじゃこのサラダ 野菜スープ	♪チヂミ風 麦茶 バナナ	鶏肉 しらす	ごはん じゃがいも	玉ねぎ・人参・ 大根 ・ かぶ 長ねぎ・ 白菜 ・きゅうり ニラ・もやし・しめじ・バナナ
15 ・ 土 22	おかし	ミートスパゲティ コーンサラダ ポトフ	♪さつまいもケーキ 麦茶 みかん	鶏肉	パスタ麺 さつまいも じゃがいも	玉ねぎ・人参・ きゃべつ コーン・かぶ・ みかん
21 金	★誕生会 お楽しみ給食★					

※献立内の青色は「世界の料理」です。今月はスイスの料理を提供します。
 ※**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。
 ※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。



☆スイス☆『アルペンマカロニ』『ウルストケーゼサラダ』『ビュンドナーゲルシュテンズツペ』『キャロットケーキ』
 『アルペンマカロニ』ゆでたジャガイモとマカロニをチーズであえたもので、アルプス山岳地方のレストランや家庭では定番のメニューです。オニオンフライとアップルソースをかけて食べるのが特徴です。
 『ウルストケーゼサラダ』はソーセージとチーズを使い野菜と和えたサラダです。
 『ビュンドナーゲルシュテンズツペ』「ゲルシュテン」=大麦の、「ズツペ」=スープ、の意味があります。大麦が入るので、舌触りがなめらかで、ボリュームのあるスープです。グラウビュンデン州特産のドライビーフが入るのが特徴ですが、ベーコンで代用します。
 『キャロットケーキ』にんじんの産地として有名なスイス北部アールガス州で古くから作られているケーキです。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。