

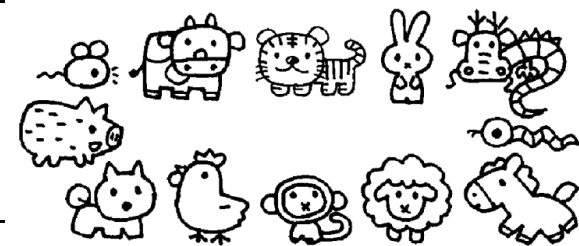


食事だより

令和3年度1月

焼津南保育園

日付	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
メニュー	休み 	希望保育 	・ツナカレーライス(精白米、ツナ缶、人参、じゃが芋、玉葱、りんご、グリーンピース) ・フルーツポンチ(みかん缶、黄桃缶、パイ缶)	〈おせちメニュー〉 ・ぶりのてりやき(鱈) ・こうはくなます(大根、人参) ・くろまめ(黒大豆) ・はなふのすましじる(花麩、玉葱、小松菜) 	・ななくさがゆ(精白米、芹、薺、御行、繁縷、仏の座、菘、蘿蔔) ・ひじきのいために(ひじき、人参、糸こんに、油揚げ、いんげん) ・はくさいのおひたし(白菜、人参) ・とうふとしいたけのみぞれじる(豆腐、鶏挽肉、生椎茸、青梗菜、大根)
午前おやつ			ポーロ・麦茶	みかん・牛乳	バナナ・麦茶
午後おやつ			チーズ・せんべい・ぎゅうにゅう	リングドーナツ・ぎゅうにゅう	やきいも・むぎぢゃ
日付	10	11	12	13	14
メニュー	成人の日 	・スパゲティミートソース(ソフト麺、豚挽肉、玉葱、人参、大蒜、茄子、トマト缶、ケチャップ) ・レタスとりんごのレモンあえ(レタス、りんご、胡瓜、レモン汁) ・ほうれんそうのスープ(ほうれん草、玉葱、人参)	〈まぐろ解体ショー〉 ・まぐろのづけどん(精白米、鱈、刻みのり、青葱)/まぐろのステーキどん(精白米、鱈、大蒜、刻みのり、青葱) ・きりぼしだいこんのにつけ(切り干し大根、油揚げ、人参、糸こんに、いんげん、水煮大豆) ・さつまじる(さつま芋、豚肉、人参、長葱、豆腐)	・ごはん ・とりにくとれんこんのあまからあげ(鶏肉、生姜、蓮根、牛蒡、しめじ、青葱) ・キャベツとしらすのすのもの(キャベツ、しらす干し、わかめ) ・もやしのみそじる(もやし、人参、青葱)	・ごはん ・ゆどうふ(豆腐、人参、長葱、白菜、昆布) ・ささみときゅうりのすみそあえ(鶏ささ身、胡瓜、わかめ) ・そうめんのみそじる(素麺、人参、玉葱、油揚げ、青葱)
午前おやつ		クッキー・牛乳	パニラウエハース・牛乳	りんご・麦茶	いちご・麦茶
午後おやつ		ツナとコーンのたきこみにぎり・りよくぢゃ	ブルーベリーヨーグルト・むぎぢゃ	チーズまんじゅう・ぎゅうにゅう	スティックカレーパン・とうにゅう
日付	17	18	19	20	21
メニュー	・ざっこごはん(精白米、雑穀) ・みそシチュー(鶏肉、玉葱、じゃが芋、人参、しめじ、青葱、豆乳) ・ブロッコリーのおかかあえ(ブロッコリー、かつお節) ・バナナ	・ごはん ・ぶたにくとピーマンのいためもの(豚肉、ピーマン、春雨、コーン缶、人参、大蒜) ・きゅうりのそくせきづけ(胡瓜、人参、塩昆布) ・とうふとあぶらあげのみそじる(豆腐、油揚げ、玉葱、青葱)	・ごはん ・さといものトマトソースに(里芋、玉葱、ツナ缶、トマト缶、グリーンピース) ・りんごとはくさいのサラダ(白菜、りんご) ・ベーコンスープ(ベーコン、キャベツ、パセリ)	・ごはん ・レバーのカレーあげ(豚レバー、ケチャップ) ・マカロニサラダ(マカロニ、南瓜、人参、胡瓜、ハム) ・コーンとたまねぎのスープ(玉葱、クリームコーン缶、パセリ)	・ごはん ・さばのネギソースやき(鯖、長葱、青葱) ・しらあえ(豆腐、人参、ほうれん草、ひじき、糸こんに、干し椎茸) ・ごもくじる(大根、人参、白菜、牛蒡、油揚げ)
午前おやつ	せんべい・牛乳	リンツ・麦茶	チーズ・麦茶	ポーロ・牛乳	ビスケット・牛乳
午後おやつ	やきうどん・むぎぢゃ	オレンジケーキ・むぎぢゃ	てづくりあんまん・ぎゅうにゅう	いちご・きなこウエハース・ジョア	ぎゅうにゅうかん・むぎぢゃ
日付	24	25	26	27	28
メニュー	・ごはん ・いためビーフン(ビーフン、豚挽肉、きくらげ、筍、蕪、人参、生姜、大蒜) ・もやしとハムのサラダ(もやし、胡瓜、ハム) ・あおなのスープ(青梗菜、玉葱)	・ごはん ・わかさぎフライ(わかさぎ) ・ポテトサラダ(じゃが芋、人参、胡瓜、ハム) ・なめこのみそじる(なめこ、玉葱、豆腐、青葱)	・むぎごはん(精白米、押麦) ・すきやきふうに(焼き豆腐、豚肉、しらたき、人参、白菜、竹輪) ・レタスとしおこんぶのあえもの(レタス、しらす干し、塩昆布) ・かぼちゃのみそじる(南瓜、玉葱、油揚げ、青葱)	・だいこんごはん(精白米、葉大根) ・かんとくに(じゃが芋、昆布、大根、黒はんぺん、さつま揚げ) ・なっとう(納豆、青葱) ・けんちんじる(鶏肉、牛蒡、人参、ほうれん草、干し椎茸、油揚げ)	・しょくパン ・レバーいりにこみハンバーグ(豚挽肉、鶏レバー、玉葱、ケチャップ) ・なまやさいサラダ(レタス、胡瓜、人参、パイ缶) ・ポトフ(ウインナー、人参、蕪、キャベツ)
午前おやつ	バナナ・麦茶	りんご・牛乳	みかん・牛乳	チーズ・麦茶	せんべい・麦茶
午後おやつ	リンツサンド・むぎぢゃ	やさいジュースむしばん・ぎゅうにゅう	マシュマロおこし・ぎゅうにゅう	レモンケーキ・ぎゅうにゅう	おしるこ・りよくぢゃ
日付	31				
メニュー	・ごはん ・さけのやさいソースやき(鮭、玉葱、干し椎茸、コーン缶、人参、パセリ) ・こまつなのそぼろいため(小松菜、豚挽肉、生姜) ・はくさいのみそじる(白菜、人参、わかめ、油揚げ、豆腐)				
午前おやつ	クッキー・牛乳				
午後おやつ	しらゆきまめ・ぎゅうにゅう				



★印は、“なかよし給食”“なかよしおやつ”になります。