



平成30年度

大野保育園

日・曜	行事	献立名	主な材料	おやつ
4(金)	仕事始め	キャベツメンチカツ 添え野菜 りんご かぼちゃとチーズのサラダ みそ汁(人参・大根・油揚げ)	キャベツメンチカツ(冷) キャベツ かぼちゃ きゅうり チーズ 人参 大根 油揚げ	牛乳 お菓子
5(土)		きつねうどん ゆでたまご わかめサラダ フルーツゼリー	うどん 味付け油揚げ 揚げ玉 なんと 万能ねぎ たまご レタス きゅうり わかめ	バナナ お菓子
7(月)		赤魚のからあげ 添え野菜 りんご ちくわサラダ みそ汁(豆腐・なめこ)	赤魚(冷) から揚げ粉 キャベツ ちくわ キャベツ きゅうり 人参 豆腐 なめこ	元気ヨーグルト お菓子
8(火)		麻婆春雨 チーズ りんご 厚焼き玉子 けの汁	春雨 豚ひき肉 人参 白菜 きくらげ チーズ たまご 金時豆 大根 人参 ぜんまい だし昆布 ごぼう ふき 角こん 油揚げ 木綿豆腐	お茶 お菓子
9(水)		豚肉の厚揚げ巻き 添え野菜 春雨サラダ たまごスープ フルーツゼリー	豚肉 生揚げ キャベツ 春雨 きゅうり ロースハム たまご わかめ	ミロ お菓子
10(木)	お誕生会	おめでとうランチ 五目あんかけラーメン ゆでたまご 手作りぎょうざ ブロッコリー りんごゼリー	中華麺 豚肉 白菜 人参 きくらげ なんと ブロッコリー たまご 豚ひき肉 きゃべつ なら しょうが 長ねぎ ぎょうざの皮	牛乳 カステラドーナツ
11(金)	サッカー	はんぺんツナマヨフライ 添え野菜 みかん 野菜の五色和え みそ汁(白菜・人参・油揚げ)	はんぺんツナマヨフライ(冷) キャベツ 小松菜 もやし 人参 しめじ コーン缶 白菜 油揚げ	お茶 お菓子
12(土)		チャーシューラーメン ゆでたまご かにサラダ フルーツゼリー	生中華麺 焼き豚 味付けメンマ なんと 万能ねぎ たまご レタス きゅうり かにフレーク	バナナ お菓子
15(火)		三色そぼろ丼 りんご 大根サラダ みそ汁(じゃがいも・わかめ)	鶏ひき肉 しょうが たまご 人参 ほうれん草 大根 きゅうり ロースハム じゃがいも わかめ	野菜ジュース お菓子
16(水)	英語教室	手作りハンバーグ 添え野菜 人参グラッセ ほうれん草サラダ わかめスープ りんご	豚ひき肉 玉ねぎ たまご キャベツ 人参 ほうれん草 もやし 大根 胡麻ドレッシング わかめ	お茶 お菓子
17(木)	避難訓練	ポークカレー 福神漬け 牛乳 マカロニサラダ バナナ	豚肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ マカロニ きゅうり ソーセージ	カルピス イギリストースト
18(金)	サッカー	鶏のから揚げ 添え野菜 みかん きゅうりとひじきの中華サラダ 野菜スープ	鶏もも肉 しょうが りんご キャベツ きゅうり ひじき 春雨 コーン缶 人参 玉ねぎ わかめ ベーコン	ミルージュ お菓子
19(土)		肉うどん ゆでたまご コーンサラダ フルーツゼリー	うどん 豚肩ロース 万能ねぎ なんと 揚げ玉 たまご レタス きゅうり コーン缶	バナナ お菓子
21(月)		焼き魚 大根おろし ふりかけ フルーツゼリー 切り干し大根の煮物 みそ汁(もずく・豆腐)	鮭の塩焼き(冷) 大根 ふりかけ 切り干し大根 豚肉 人参 干しいたけ もずく 豆腐	ヤクルト お菓子
22(火)	サッカー	かに玉あんかけ りんご チーズ もやしときゅうりの中華サラダ みそ汁(玉ねぎ・人参)	たまご 長ねぎ かにフレーク 干しいたけ グリーンピース もやし きゅうり 白ごま 玉ねぎ 人参	牛乳 お菓子
23(水)		鶏の照り焼き 添え野菜 りんご 白菜のツナサラダ オニオンスープ	鶏の照り焼き(冷) キャベツ 白菜 きゅうり ツナ缶 玉ねぎ 人参 ベーコン	ジョア お菓子
24(木)		ほうれん草シチュー お茶 イタリアンサラダ バナナ	鶏肉 たまねぎ 人参 じゃがいも ほうれん草 スパゲティ きゅうり ロースハム	牛乳 かぼちゃケーキ
25(金)	サッカー	ちくわ納豆磯部揚げ 添え野菜 みかん ポテトサラダ みそ汁(人参・大根・油揚げ)	ちくわ ひきわり納豆 青のり 天ぷら粉 キャベツ マカロニ じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ ソーセージ 大根 油揚げ	お茶 お菓子
26(土)		ミートソーススパゲティ キャベツスープ コーンサラダ フルーツゼリー	豚ひき肉 たまねぎ オレガノ キャベツ 人参 ベーコン レタス きゅうり コーン缶	バナナ お菓子
28(月)		さばの味噌煮 添え大根 みかん ひじきの炒め煮 みそ汁(豆腐・わかめ)	さばの味噌煮(冷) 大根 ひじき 豚肉 人参 糸こん 干しいたけ 豆腐 わかめ	お茶 お菓子
29(火)		千草焼き のりの佃煮 りんご 春雨の中華サラダ かきたま汁	たまご 鶏ひき肉 たまねぎ 人参 ほうれん草 かにフレーク 干しいたけ 春雨 きゅうり ロースハム	リンゴジュース お菓子
30(水)	英語教室	肉豆腐 フルーツゼリー ほうれん草ともやしのナムル みそ汁(キャベツ・油揚げ)	豚肉 豆腐 白菜 人参 糸こん 干しいたけ 長ねぎ ほうれん草 もやし キャベツ 油揚げ	牛乳 お菓子
31(木)		ハヤシライス 福神漬け 牛乳 豆腐サラダ みかん	豚肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ グリーンピース レタス きゅうり ロースハム 豆腐	カルピス さつまいもホットケーキ



【給食室から】

都合により、メニューが変更になる可能性があります。

あけましておめでとうございます。

新しい年が始まりました。毎日の食生活を大切に、健康で元気に1年を過ごしたいですね!

1月は厳しい寒さに加え、年末年始の疲れが出て体調を崩しやすくなります。

7日は「人日(じんじつ)の節句」、七草粥を食べる日とされています。七草の「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・すずな・すずしろ・ほとけのぞ」には、胃腸の調子を整える効果があるので、お正月の豪華な食べ物で疲れた胃腸をいたわり、寒さに負けない丈夫な身体をつくるためにも、ぜひ食べてみてください♪

