



献立表



令和5年1月 みのり第2保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 休園	3 休園	4 希望保育	5	6	7 人日の節句
		お弁当持参の日 	ハヤシライス 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース ツナコーンサラダ いんげん、ツナ、コーン、ごま 果物(りんご) ヨーグルト	牛丼 牛肉、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく きゅうりのごま酢和え キャベツ、きゅうり、人参、ごま 豆腐のみそ汁 豆腐、玉葱、油揚げ、わかめ 果物(みかん) 七草おにぎり はりはり漬け	鮭の塩麹焼き 鮭、塩麹、(付) 粉ふき芋 カミカミきんぴら ごぼう、萋わかめ、人参、ごま えのきのすまし汁 えのき、人参、しらたき、萋わかめ、ごま ブルーベリーゼリー 菓子 牛乳
9 祝日	10	11 鏡開き	12	13 誕生会	14
成人の日	★ドライカレー 合ミンチ、玉ねぎ、人参、レーズン、グリーンピ カミカミサラダ 切干大根、きゅうり、人参、コーン、するめ、マヨドレ ポテトスープ じゃが芋、玉葱、しめじ、パセリ ゼリー ぜんざい	ちからうどん もち、えび天、かまぼこ、人参、大根、ねぎ きつね和え 小松菜、人参、もやし、油揚げ 里芋のそぼろ煮 里芋、鶏ミンチ、グリーンピース 果物(みかん) ミニきなこおはぎ	鯛飯 おでん風煮込み 大根、里芋、長天、鶏肉、うずら卵、竹輪、昆布 甘酢和え キャベツ、人参、じゃこ ★麩のみそ汁 麩、玉葱、ねぎ 果物 今川焼(お好み) 牛乳	ケチャップライス 唐揚げ&たこさん(ウイナ) バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま 冬野菜のチャウダー ベーコン、かぼちゃ、玉葱、人参、しめじ、パセリ、牛乳 ストロベリームース うさぎパフェ	ひじきご飯 ひじき、人参、ごぼう、しめじ、ツナ、萋さや 納豆和え ほうれん草、納豆、人参、もみのり 親子汁 鶏肉、卵、豆腐、玉葱、ねぎ 青りんごゼリー 菓子 牛乳
16	17	18	19 カミカミday	20 ふれあいワッキング(年長)	21
ミートスパゲッティ 合ミンチ、玉葱、人参、パプリカ、ピーマン、トト缶、ケチャップ ごぼうサラダ ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、コーン、ごま、マヨドレ 野菜スープ キャベツ、玉ねぎ、えのき、わかめ 果物(いちご) 鮭おにぎり ★カリカリいりこ	高野豆腐ハンバーグ 合ミンチ、高野豆腐、玉葱、パプリカ、ケチャップ、(付) ★人参グラッセ ごま和え フロccoli、人参、コーン、ごま 大根のみそ汁 大根、玉葱、油揚げ、ねぎ 果物(りんご) マカロニかりんどう 牛乳	すき焼き風煮 牛肉、大根、人参、白菜、焼き豆腐、白滝、椎茸、ふ、長ねぎ いんげんのツナ和え いんげん、人参、コーン、ツナ たまねぎの味噌汁 玉葱、わかめ ももゼリー レモントースト 牛乳	雑穀ごはん カレイの唐揚げ カレイ、(付) 粉ふき芋 大根のおかか和え 大根、きゅうり、人参、かつお節 すまし汁・果物(みかん) 豆腐、玉ねぎ、豆苗、わかめ 菓子 牛乳	あいじょう弁当の日 	マーボー丼 豆腐、合ミンチ、玉葱、人参、椎茸、ねぎ、味噌 ほうれん草のナムル ほうれん草、もやし、ごま わかめスープ わかめスープ、長ねぎ ヨーグルト 菓子 牛乳
23	24	25 おべんとやさん	26	27	28
みそ煮込みうどん 鶏肉、白菜、長ねぎ、ごぼう、玉葱、人参、油揚げ かぼちゃ煮 かぼちゃ 焼きししゃも 果物(みかん) キャベツ炊き込みご飯 チーズ	ポークビーンズ 豚肉、じゃが芋、大豆水煮、玉葱、グリーンピ、ケチャップ、トト缶 バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま 心のすまし汁 ふ、玉ねぎ、しめじ、わかめ 果物(いちご) ★★フルーツヨーグルト	鮭の塩焼き 鮭、(付) アツ刈 ミルクおから おから、豚挽き肉、玉葱、人参、ねぎ、チーズ、牛乳 なめこのみそ汁 なめこ、大根、油揚げ、ねぎ 果物(りんご) 菓子 飲むヨーグルト	酢豚 豚肉、玉葱、人参、ピーマン、椎茸、パイン 小松菜のきのこ和え 小松菜、人参、えのき 中華卵スープ 卵、コーン、玉葱、ねぎ 果物(みかん) ほうじ茶(お好み)ゼリー	黒米ごはん さばのおろし煮 さば、大根 白和え ほうれん草、人参、豆腐、しめじ、ごま、味噌 すまし汁 ゼリー もやし、わかめ、ねぎ クロックムッシュ 牛乳	大豆ピラフ 水煮大豆、じゃこ、人参、玉葱、ベーコン、パセリ、マカロニ 塩っぺ和え キャベツ、きゅうり、人参、塩昆布 ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、パセリ ヨーグルト 菓子 牛乳
30	31	1月7日は「人日(じんじつ)の節句」といって七草がゆを食べる習わしがあります。春の七草であるセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ(かぶ)・スズシロ(大根)を用いて、塩で味つけをします。温かいおかゆを食べて1年の無病息災を願いましょう♪ おしらせ			
★ラーメン 豚肉、キャベツ、玉葱、人参、椎茸、かまぼこ、ねぎ ひじきの華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま 里芋のおかか煮 里芋、絹さや、かつお節 ごま団子 ★わかめおにぎり みかん	茶飯 彩り豆腐 鶏・豚ミンチ、豆腐、人参、椎茸、ねぎ、卵、カニカマ 磯和え ほうれん草、人参、もみのり のっぺい汁 果物 里芋、大根、ごぼう、しめじ、油揚げ、ねぎ 肉まん風煮しパン 牛乳	今月から3月まで、年長児のリクエストメニュー(献立名に★マーク)を順次入れています♪お楽しみに〜☺ 年長児：おやつ時の牛乳が紙パック(200ml)になります。			