



# 1月の献立表



令和6年1月発行

あさひ子ども園



明けましておめでとうございます。

今年も子どもたちの健康を願い、安心して美味しく食べてもらえる給食作りをしていきます。



4日(木)	5日(金)	6日(土)
特別保育 	特別保育 	そばろ寿司 [米、昆布、鶏ミンチ、人参、干し椎茸、油揚げ、ごぼう、酒、醤油、酢、塩、砂糖] 豆腐のスープ [豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳

8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木) 正しい箸の持ち方(ぞう)	12日(金)	13日(土)
成人の日 	ご飯 豆腐のカレーあんかけ [豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、片栗粉、砂糖、醤油、酒、油、カレー粉、みりん] 紅白なます [大根、人参、柚子、ごま、酢、砂糖] 油揚げの味噌汁 [油揚げ、玉ねぎ、人参、かつおだし、味噌] さつま芋蒸しパン 牛乳 [蒸しパンミックス粉、さつま芋、牛乳、黒ごま]	ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、油、砂糖、酒、みりん、醤油] マカロニサラダ [マカロニ、シーチキン、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、醤油] 麩のすまし汁 [麩、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] 牛乳もち [牛乳、片栗粉、きな粉、塩、砂糖]	ひじきご飯 [米、ひじき、油揚げ、人参、ごぼう、干し椎茸、鶏肉、酒、醤油] 豚汁 [豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、大根、しめじ、ねぎ、油、かつおだし、味噌] 果物 ぜんざい 牛乳 [小豆、砂糖、塩、餅、さつま芋]	ミートスパゲティ [スパゲティ、合びき肉、玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、粉チーズ、油、醤油、ソース、ケチャップ、塩、トマト缶、コンソメ] ゆかり和え [キャベツ、人参、きゅうり、ゆかり粉] オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、あさり、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 塩昆布おにぎり [米、塩昆布] 牛乳	ポークカレーライス [米、豚肉、人参、じゃが芋、玉ねぎ、油、カレールー、醤油、にんにく、生姜] キャロットスープ [人参、玉ねぎ、コーン、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木) レストラン式給食(ほし)	19日(金)	20日(土)
ご飯 豆腐の松風焼き [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、味噌、砂糖、ごま、青のり] ひじき煮 [ひじき、人参、さつま揚げ、砂糖、醤油、酒、油] えのきのすまし汁 [えのき、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] バナナケーキ 牛乳 [ミックス粉、バナナ、豆乳、卵、グラニュー糖、レモン果汁]	わかめうどん [うどん、鶏肉、わかめ、玉ねぎ、人参、油揚げ、椎茸、ねぎ、かつおだし、塩、酒、醤油、みりん] 焼きししゃも [ししゃも] 四色和え [ほうれん草、キャベツ、人参、もやし、ごま、醤油] 果物 Caねぎ味噌おにぎり [米、ねぎ、味噌、砂糖、酒、スキムミルク] 牛乳	ご飯 サバの味噌煮 [サバ、生姜、酒、味噌、砂糖] 温野菜サラダ [ブロッコリー、人参、大根、しめじ、南瓜、マヨネーズ、ごま、みりん、味噌] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉ねぎ、えのき、人参、かつおだし、醤油、塩] 野菜チップス 牛乳 [れんこん、油、ごぼう、醤油、みりん、片栗粉]	ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、生姜、酒、醤油、みりん、油] 小松菜の磯和え [小松菜、人参、もやし、刻みのり、醤油] コーンスープ [クリームコーン、コーン、玉ねぎ、パセリ、醤油、塩、鶏がらだし、片栗粉] ふかし芋 牛乳	ご飯 厚揚げと春雨の煮物 [厚揚げ、春雨、豚肉、人参、ニラ、玉ねぎ、干し椎茸、鶏がらだし、にんにく、油、醤油、酒、砂糖、みりん] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] 大根の味噌汁 [大根、玉ねぎ、人参、油揚げ、かつおだし、味噌] フルーツサンド 牛乳 [食パン、生クリーム、砂糖、バナナ]	穴子ご飯 [米、穴子、ごぼう、人参、昆布、醤油、酒、砂糖、刻みのり] お味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、かつおだし、味噌] 菓子・バナナ牛乳
22日(月) バイキング式給食(たいよう)	23日(火)	24日(水)	25日(木) 誕生日会	26日(金) ポテトサラダ作り(つき)	27日(土)
ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、油、酒、生姜] もやしのごま酢和え [もやし、人参、キャベツ、ごま、酢、砂糖、醤油] 玉ねぎのすまし汁 [玉ねぎ、えのき、人参、豆腐、かつおだし、醤油、塩] チーズポテト 牛乳 [フライドポテト、粉チーズ、青のり、油、塩]	和風焼きそば [中華麺、豚肉、さつま揚げ、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、椎茸、油、塩、醤油、刻みのり] アサリのバター焼き [あさり、バター、醤油、酒] 中華スープ [豆腐、人参、玉ねぎ、しめじ、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 鮭おにぎり 牛乳 [米、鮭フレーク]	ご飯 魚のあけぼの焼き [バトウ、塩、酒、人参、マヨネーズ] 納豆和え [納豆、ほうれん草、人参、キャベツ、かつお節、醤油] ちよろけん汁 [大根、人参、豆腐、ねぎ、かつおだし、油、醤油、みりん、酒、塩] きな粉サンド 牛乳 [食パン、きな粉、砂糖、塩、マーガリン]	ご飯 豆腐のピザ焼き [豆腐、玉ねぎ、ピーマン、人参、チーズ、砂糖、醤油、ケチャップ] 小松菜のナムル [小松菜、人参、もやし、ごま油、酢、砂糖、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 豆腐ブラウニー 牛乳 [豆腐、ミックス粉、ココア、豆乳、油、砂糖、生クリーム、カラースプレー]	ご飯 タンドリーチキン [鶏肉、にんにく、玉ねぎ、塩、醤油、ヨーグルト、酒、カレー粉] ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、マヨネーズ、醤油] 厚揚げの味噌汁 [厚揚げ、玉ねぎ、えのき、かつおだし、味噌] フルーツポンチ 牛乳 [みかん缶、白桃缶、バナナ、寒天、砂糖]	エビピラフ [米、エビ、ウインナー、人参、コーン、玉ねぎ、パセリ、塩、鶏がらだし] キャベツスープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
29日(月)	30日(火)	31日(水) 白菜ちぎりにじ	<div style="border: 2px dashed orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>お節料理の意味を知ろう</b></p> <p>お節料理には、様々な意味が込められています。</p> <p>数の子=子孫繁栄</p> <p>黒豆=まめに暮らせるように</p> <p>かまぼこ=日の出を表す</p> <p>昆布巻き=「よろこび」の縁起もの</p> <p>エビ=腰が曲がるほど、長生きするように</p> <p style="text-align: right; font-size: small;">参考資料：いただきます ごちそうさま</p> </div>		
ご飯 炒り豆腐 [豆腐、鶏ひき肉、竹輪、人参、玉ねぎ、干し椎茸、ねぎ、酒、油、卵、砂糖、醤油] 白菜とりんごのサラダ [白菜、きゅうり、りんご、レーズン、油、酢、砂糖、塩、こしょう] しめじのすまし汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩] カルピスゼリー 牛乳 菓子 [カルピス、砂糖、寒天、みかん缶、白桃缶]	ご飯 チキングラタン [鶏肉、ほうれん草、玉ねぎ、マカロニ、しめじ、コーン、マーガリン、牛乳、コンソメ、塩、油、チーズ、小麦粉、パン粉] キャベツのおかか和え [キャベツ、きゅうり、人参、かつお節、醤油] わかめスープ [わかめ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] ココア揚げパン 牛乳 [ロールパン、油、ミルクココア]	中華丼 [米、豚肉、干し椎茸、人参、玉ねぎ、竹の子、白菜、エビ、生姜、にんにく、鶏がらだし、ごま油、油、醤油、片栗粉] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、竹輪、ごま、砂糖、酢、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、かつおだし、味噌] 果物 芋ようかん 牛乳 [おろしさつま芋、砂糖、寒天、くす粉]			

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳 100ml)があります ★行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります