



# 1 月 献 立 表



令和4年1月発行  
こくふ子ども園



	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金) <small>アクアス見学 (ひまわり組)</small>	8日(土) <small>思い出活動 (ひまわり組)</small>
	特別保育 	特別保育 	ごはん 豆腐いり松風焼き (豆腐、鶏ひき肉、玉葱、葱、パン粉、牛乳、砂糖、みそ、ごま、油) 紅白なます (大根、人参、柚子、酢、砂糖、ごま、塩) 南瓜のみそ汁 (南瓜、玉葱、油揚げ、葱、いりこ、みそ) 果物 抹茶牛乳もち (牛乳、抹茶、片栗粉、きな粉、砂糖、スキムミルク)	ごはん いりどり (鶏肉、人参、筍、里芋、干し椎茸、ごぼう、蓮根、砂糖、醤油、油) にんじん白和え (豆腐、人参、ひじき、春菊、みそ、ごま、砂糖、塩) 七草汁 (白菜、人参、みずな、かぶ、大根、油揚げ、塩、椎茸、いりこ、醤油) 塩キャラメルラスク (食パン、砂糖、バター、アーモンド、生クリーム) 牛乳	カニピラフ (米、カニカマ、人参、ベーコン、玉葱、コーン、パセリ、コンソメ、塩、バター、こしょう) ポテトスープ (じゃが芋、玉葱、人参、鶏がらだし、葱、塩、こしょう、醤油) 果物 菓子 牛乳
	10日(月)	11日(火)	12日(水) <small>食育活動 (すみれ組) 運動教室 (ゆり組)</small>	13日(木) <small>食育活動 (あやめ・ひまわり組)</small>	14日(金) <small>運動教室 (ひまわり組)</small>
おやつ	成人の日 	ごはん 豚大根 (大根、みりん、豚肉、人参、こんにゃく、生姜、みそ、砂糖、醤油) きゅうりの酢の物 (きゅうり、カニカマ、キャベツ、わかめ、ごま、砂糖、酢、塩、醤油) ニラ卵スープ (ニラ、玉葱、人参、卵、コーン、鶏がらだし、塩) 果物 芋団子ぜんざい (白玉粉、さつまいも、砂糖、小豆) 牛乳	ごはん 豆腐のカニあんかけ (豆腐、カニカマ、しめじ、葱、筍、チンゲン菜、酒、鶏がらだし、生姜、油、こしょう、塩、片栗粉、ごま油) 白菜の昆布和え (白菜、人参、塩昆布、醤油) たまねぎのみそ汁 (玉葱、人参、しめじ、葱、いりこ、みそ) ジャムサンド (食パン、イチゴジャム、マーガリン) 牛乳	ごはん 魚のごまみそ焼き (魚、ごま、みそ、生姜、砂糖、みりん、醤油) 小松菜のコーン和え (小松菜、コーン、人参、醤油) 田舎汁 (鶏肉、豆腐、人参、大根、ごぼう、葱、みそ、いりこ) スノーボール (小麦粉、バター、砂糖、チョコレート、粉糖、アーモンドプードル) 牛乳	カレーうどん (うどん、豚肉、玉葱、人参、白ねぎ、油揚げ、かつお節、カレールウ、醤油、油) 菜果サラダ (きゅうり、白菜、人参、レーズン、みかん、砂糖、塩、酢、こしょう、油) ミルクおから (おから、豚ひき肉、葱、人参、チーズ、玉葱、油、牛乳、砂糖、醤油) 果物 黒米チーズおにぎり (米、黒米、ごま、醤油、チーズ)
	17日(月) 誕生日会	18日(火) <small>お茶会 (ひまわり組)</small>	19日(水) <small>お茶会 (ひまわり組)</small>	20日(木) <small>あそびまじょうの会</small>	21日(金)
おやつ	ごはん 魚のコーンマヨ焼き (魚、コーン、チーズ、パセリ、マヨネーズ、塩、酒) 小松菜の煮びたし (小松菜、厚揚げ、人参、砂糖、醤油、みりん) あさりのみそ汁 (あさり、大根、わかめ、人参、葱、いりこ、みそ) ココアマドレーヌ (ココア、ミックス粉、卵、バター、牛乳、砂糖、生クリーム、いちご、粉糖、アラザン) 牛乳	ごはん 南瓜のキッシュ (南瓜、ウインナー、玉葱、牛乳、卵、ほうれん草、粉チーズ、塩、バター、生クリーム、こしょう) ひじきのマリネ (ひじき、人参、ハム、きゅうり、コーン、砂糖、酢、醤油、ごま油) コンソメスープ (玉葱、人参、大根、しめじ、醤油、鶏肉、小松菜、コンソメ) 果物 水ようかん (小豆、砂糖、寒天、塩、くず粉)	ごはん 鶏肉の梅焼き (鶏肉、梅干し、みりん、酒、みそ、砂糖、醤油) 白菜のシーチキン和え (白菜、ツナ、きゅうり、人参、砂糖、醤油) ラッキー人参スープ (ブロッコリー、あさり、人参、玉葱、鶏がらだし、豆乳、塩、しめじ) 肉まん (小麦粉、豚ひき肉、ベーキングパウダー、干し椎茸、葱、みそ、砂糖、醤油、酒、みりん、ごま油、生姜) 牛乳	五目ラーメン (中華麺、豚肉、もやし、人参、玉葱、コーン、葱、鶏がらだし、塩、醤油、ごま油) 焼きししゃも (ししゃも) 納豆和え (納豆、人参、キャベツ、ほうれん草、もみのり、醤油) 果物 わかめおにぎり (米、わかめふりかけ、ごま) チーズ	ごはん 高野豆腐オランダ煮 (高野豆腐、鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、片栗粉、ピーマン、干し椎茸、砂糖、醤油、油) ★イカいかサラダ (イカ、さきいか、人参、ごぼう、ごま、きゅうり、マヨネーズ、醤油) 春雨スープ (春雨、ニラ、玉葱、卵、もやし、わかめ、鶏がらだし、塩) 果物 バナナケーキ (バナナ、小麦粉、砂糖、マーガリン、ベーキングパウダー、卵、バター) 牛乳
	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木) <small>アクアス見学 (ゆり組)</small>	28日(金)
おやつ	ごはん 厚揚げと春雨の煮物 (豚肉、厚揚げ、春雨、人参、ニラ、玉葱、生姜、にんにく、砂糖、醤油、片栗粉) 白菜とりんごのサラダ (きゅうり、マヨネーズ、りんご、白菜、人参、酢) なめこ汁 (なめこ、大根、エノキ、葱、みそ、いりこ) 豆乳ドーナツ (豆乳、小麦粉、卵、油、グラニュー糖) 牛乳	★麻婆あんかけそば (豚ひき肉、中華麺、玉葱、干し椎茸、にんにく、ニラ、生姜、人参、みそ、醤油、筍、ごま油、砂糖、片栗粉) もやしのナムル (人参、小松菜、もやし、ごま油、醤油、砂糖、酢、ごま) コーンスープ (コーン、玉葱、パセリ、卵、塩、クリームコーン、コンソメ) 果物 ごま塩おにぎり (米、ごま、塩)	ゆかりごはん (米、ゆかり粉) 里芋と鶏のから揚げ (鶏肉、里芋、にんにく、生姜、片栗粉、こしょう、塩、酒、砂糖、酢、醤油、油) ほうれん草サラダ (塩、ほうれん草、マヨネーズ、じゃが芋、人参、チーズ) のこのこ汁 (しめじ、白菜、椎茸、玉葱、白ねぎ、いりこ、みそ) ★抹茶ミルク寒天 (牛乳、抹茶、砂糖、寒天、小豆)	ごはん 魚の生姜煮 (魚、生姜、酒、砂糖、醤油、みりん) ブロッコリーの和え物 (ブロッコリー、人参、竹輪、ごま、醤油、マヨネーズ) ★根菜ミネストローネ (ベーコン、玉葱、人参、蓮根、水煮大豆、にんにく、大根、トマト缶、コンソメ、醤油、油、パセリ) 果物 南瓜まんじゅう (南瓜、小麦粉、砂糖、小豆、ベーキングパウダー) 牛乳	ドライカレー (米、合いびき肉、玉葱、人参、レーズン、醤油、にんにく、カレールウ、油) グリルチキン (鶏肉、塩、こしょう) マセドニアンサラダ (じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、チーズ、塩、レモン、マヨネーズ、ウインナー) フルーツヨーグルト (ヨーグルト、バナナ、いちご、みかん、キウイフルーツ) クラッカー
	31日(月)	<p>～今月の新メニュー～</p> <p>★麻婆あんかけそば</p> <p>★抹茶ミルク寒天 (小豆を添えて...)</p> <p>～かみかみメニュー～</p> <p>★根菜ミネストローネ</p> <p>★イカいかサラダ</p>			
おやつ	ごはん 肉団子のスープ煮 (鶏ひき肉、生姜、葱、卵、片栗粉、人参、鶏がらだし、白菜、しめじ、コーン、塩、干し椎茸、酒、醤油) あさりのしぐれ煮 (あさり、生姜、砂糖、酒、醤油、みりん) じゃこいりサラダ (もやし、人参、みかん、しらす、きゅうり、ごま、砂糖、酢) 果物 マカロニ安倍川 (マカロニ、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	<p>あけましておめでどうございます</p> <p>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。年末年始に疲れた胃腸を休める働きもあります。給食では、7日に七草汁を作って1年の無病息災を願いたいと思います。</p> <p>～給食室からひとこと～</p>			