

平成29年度 1月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6
休 園 日	休 園 日	休 園 日	<p>ひじきご飯 米40 乾ひじき0.8 人参6 ちりめんじゃこ2 油揚げ6 油0.5 醤油5 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布</p> <p>大根のどぼろ煮 大根50 金時人参12 鶏ミンチ10 三度豆3 みりん1 片栗粉2 砂糖1 醤油2 酒1</p> <p>味噌汁 じゃが芋25 玉葱15 味噌4 煮干 出し昆布</p>	<p>七草粥 米30 七草7 卵15 ちりめんじゃこ2 醤油1 出し昆布 塩0.4</p> <p>天ぷら盛り合わせ 鶏25 玉葱10 人参8 ごぼう8 さつま芋20 塩0.2 油 卵4 小麦粉5 片栗粉2 酒0.3 醤油0.3</p> <p style="text-align: center;">みかん</p>	<p>ほうとう風うどん 干しうどん(小麦)30 豚肉8 人参5 豆腐8 大根8 かぼちゃ10 青葱3 味噌8 煮干 出し昆布</p> <p>たたきごぼう ごぼう35 砂糖1 酢3 ごま2 醤油1 塩</p> <p style="text-align: center;">りんご</p>
			<p>蒸し芋 さつま芋</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※おせんべい</p>	<p>ヨーグルト (市販)</p> <p>きらず揚げ (市販) (小麦)</p> <p style="text-align: center;">※チーズ</p>	<p>手作り昆布煮のおにぎり 米 昆布 かつお節 醤油 酒 みりん</p> <p style="text-align: center;">チーズ</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>
休 園 日	<p>バケット (小麦)</p> <p>クリームシチュー 豚肉25 じゃが芋30 玉葱30 塩0.5 ブイヨン ピーマン4 牛乳80 油 人参20 バター2 小麦粉2.5</p> <p>キャロットサラダ 人参40 缶パイン8 きゅうり10 砂糖1 塩0.1 酢3 オリーブ油2</p>	<p>米40</p> <p>お煮しめ 鶏肉30 金時人参10 こんにゃく15 れんこん20 ごぼう30 絹さや3 干し椎茸1 醤油3 砂糖1 みりん2 油0.3 酒2</p> <p>とろろ汁 とろろ芋15 ほうれん草15 ちりめんじゃこ2 卵15 出し昆布 煮干 醤油2 塩0.4 花かつお</p>	11 (幼児弁当日)	<p>米40</p> <p>鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒2 みりん2 醤油3 砂糖0.5 青のり0.2</p> <p>黒豆煮 黒豆10 砂糖3 塩 醤油</p> <p>あちゃら漬け かぶ50 赤かぶ20 砂糖1 酢3 塩0.5</p> <p>清汁 麩1(小麦) 卵15 三つ葉3 塩0.4 醤油2 花かつお 出し昆布</p> <p style="text-align: center;">りんご</p>	<p>鶏カレーうどん 干しうどん(小麦)30 鶏肉18 人参10 玉葱20 青葱7 カレールー7 醤油3 片栗粉2 煮干 出し昆布</p> <p>うの花の炒り煮 おから13 人参5 干し椎茸1 青葱5 油揚げ5 煮干 こんにゃく7 酒0.5 砂糖1 醤油2 みりん1</p> <p style="text-align: center;">みかん</p>
	<p>五平餅 米 もち米 味噌 はちみつ</p> <p style="text-align: center;">チーズ</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>	<p>みたらし豆腐団子 団子粉 砂糖 みりん 豆腐 醤油 片栗粉</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※みかん</p>	<p>ぜんざい おもち 小豆 砂糖 塩</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※おせんべい</p>	<p>肉まん 小麦粉 豚ミンチ 玉葱 干椎茸 生姜 砂糖 醤油 ゆでたけのこ 片栗粉 BP</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※バナナ</p>	<p>ビスケット (市販) (小麦・卵・乳)</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※チーズ</p>
<p>小豆ご飯 米30 もち米15 小豆7 塩 出し昆布</p> <p>ぶりの照り焼き ぶり50 砂糖1 みりん4 酒4 醤油2</p> <p>紅白なます 大根50 金時人参5 砂糖1 酢3 塩0.5 醤油0.3</p> <p>清汁 豆腐25 三つ葉3 出し昆布 醤油2 塩0.4 花かつお</p>	<p>米40</p> <p>天ぷら盛り合わせ 鶏25 玉葱15 人参10 ごぼう8 さつま芋20 塩0.2 油 卵4 小麦粉5 片栗粉2 酒0.3 醤油0.3</p> <p>味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.3 味噌5 煮干 出し昆布</p>	<p>バターロール (小麦・乳・卵)</p> <p>ポトフ 牛角切り肉25 人参20 大根40 長葱10 玉葱30 出し昆布 パセリ1 塩0.3 醤油5 ブイヨン ローリエ</p> <p>れんこんサラダ れんこん35 人参10 きゅうり10 ごま2 塩0.3 マヨドレ8 酢1 砂糖0.5</p>	<p>さつまいも80</p> <p>おにぎり 米50 塩 のり</p> <p>とん汁 豚肉15 人参10 油揚げ7 ごぼう8 白菜10 こんにゃく10 大根20 大根葉5 味噌8 煮干 出し昆布</p> <p style="text-align: center;">みかん</p>	<p>米40</p> <p>和風ハンバーグ 鶏ミンチ45 豚ミンチ15 冷コーン6 ケチャップ3 味噌2 油2 パン粉4 塩 玉葱15 青葱5 醤油0.5</p> <p>もやしの甘酢和え もやし50 人参5 豆苗3 ごま2 砂糖1.5 酢3 塩0.1 醤油1</p> <p>味噌汁 大根20 油揚げ7 味噌5 煮干 出し昆布</p>	<p>きんぴらごはん 米40 牛ミンチ7 人参5 豚ミンチ3 こんにゃく10 生姜0.3 酒2 砂糖0.5 醤油3 油1 塩 出し昆布</p> <p>大根とツナの煮物 大根60 金時人参12 ツナ7 砂糖1 みりん1 醤油4 酒1</p> <p>味噌汁 さつま芋25 玉葱15 味噌5 煮干 出し昆布</p>
<p>みかんゼリー みかんジュース みかん缶 砂糖 アガー</p> <p>れんこんチップ れんこん 油 塩</p> <p style="text-align: center;">※牛乳</p>	<p>黄粉クッキー 小麦粉 黒糖 黄粉 卵 油</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※おせんべい</p>	<p>カントリーアップルケーキ 小麦粉 りんご 卵 砂糖 バター シナモン</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※チーズ</p>	<p>粒あんのどら焼き 小麦粉 BP 卵 醤油 牛乳 砂糖 みりん はちみつ 小豆</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※レーズン</p>	<p>パリッとスイーツ さつま芋 レーズン 砂糖 春巻きの皮 油</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※みかん</p>	<p>レーズン蒸しパン 小麦粉 BP 砂糖 レーズン 卵 牛乳 油</p> <p style="text-align: center;">牛乳</p> <p style="text-align: center;">※チーズ</p>

月曜日 22 ご飯	火曜日 23 (誕生会会食) オムライス	水曜日 24 ご飯	木曜日 25 バターロール (小麦・乳・卵)	金曜日 26 ご飯	土曜日 27 やきそば
米40 マーボー豆腐 豆腐50 豚ミンチ12 ピーマン5 人参10 醤油5 砂糖1.5 みりん1 片栗粉2 玉葱10 生姜 赤味噌 油 ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参12 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2 春雨のコーンスープ 春雨5 ニラ3 ブイヨン 冷コーン8 卵15 醤油1 塩0.4	米40 ケチャップ10 人参5 玉葱25 ピーマン5 油1 マッシュルーム10 ブイヨン カットトマト8 バター1 塩0.3 卵10 ハンバーグ 牛ミンチ30 豚ミンチ25 玉葱20 ケチャップ7 パン粉3 塩0.3 ゆで野菜 ブロッコリー20 塩 プチトマト 野菜スープ 大根20 人参10 塩 大根の葉 ブイヨン フルーツポンチ 牛乳 みかん缶 りんご 砂糖 アガー	米40 コロッケ じゃが芋50 合挽ミンチ15 玉葱20 人参8 卵20 強力粉5 塩0.3 牛乳5 パン粉8 油 コールスローサラダ キヤベツ40 冷コーン8 人参5 マドレ8 砂糖0.5 塩0.3 酢1 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌5 煮干 出し昆布	ポトフ 牛角切り肉25 人参10 大根30 長葱10 玉葱30 出し昆布 パセリ1 塩0.3 醤油5 ブイヨン ローリエ レタスとツナのごま酢あえ レタス40 わかめ0.5 ツナ5 ごま2.5 醤油2 砂糖1.2 酢3	米40 鯖の照り焼き 鯖50 砂糖1 醤油2 酒4 みりん4 黒豆煮 黒豆10 砂糖3 塩 醤油 あちゃら漬け かぶ50 赤かぶ20 砂糖1 酢3 塩0.5 清汁 麩1(小麦) 卵15 三つ葉3 塩0.4 醤油2 花かつお 出し昆布	中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ピーマン5 ソース5 青のり0.1 花かつお かぼちゃの甘煮 南瓜40 砂糖3 醤油1 味噌汁 豆腐25 乾わかめ0.3 味噌4 煮干 出し昆布
じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター 牛乳 ※バナナ	米粉のボンデケーキ 米粉 じゃが芋 塩 片栗粉 BP 油 牛乳 ※おせんべい	マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 牛乳 ※チーズ	手作り昆布煮のおにぎり 米 昆布 かつお節 醤油 酒 みりん 田作り 小魚 みりん 醤油 ※牛乳	ヨーグルト (市販) きらず揚げ(市販) (小麦) ※レーズン	ゆかりおにぎり 米 ゆかりふりかけ チーズ ※牛乳
29 ご飯 松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌2 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油3 ほうれん草の土佐和え ほうれん草40 人参10 花かつお1 大粒しめじ15 砂糖0.7 醤油2 塩 味噌汁 大根20 油揚げ7 味噌5 煮干 出し昆布	30 ほうとう風うどん 干しうどん(小麦)30 豚肉8 人参5 豆腐8 大根8 かぼちゃ10 青葱3 味噌8 煮干 出し昆布 ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参12 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2 りんご	31 ご飯 鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒2 みりん2 醤油3 砂糖0.5 青のり0.2 白菜の煮びたし 白菜50 人参8 油揚げ7 酒1 みりん1 醤油2 出し昆布 煮干し 清汁 豆腐25 三つ葉3 出し昆布 醤油2 塩0.4 花かつお			
おからドーナツ (小麦・乳・卵) (市販) 牛乳 ※みかん	焼きおにぎり 米 かつお節 醤油 みりん チーズ ※牛乳	肉まん 小麦粉 豚ミンチ 玉葱 干椎茸 生姜 砂糖 醤油 ゆでたけのこ 片栗粉 BP 牛乳 ※バナナ			
<p> 今月は5日に七草粥 11日にぜんざい(鏡開き) 15日に小豆ごはん(小正月)を給食に予定して います。※七草粥は本来7日に食べますが、曜日の都合でみんなで食べられる日にしています。 伝統行事には、「無病息災」「子孫繁栄」「家内安全」「長寿」など人々の願いや祈りが込められ ているので、子ども達にも伝え大切にしていきたいですね。調理室入口扉に由来などを掲示しま すので、参考にしてください。 旬の果物として取り入れている「りんご」放射能測定検査を受け不検出とされている青森の特定 農園から直接取り寄せています。りんごの皮にはポリフェノール等の栄養素が豊富に含まれてい るので、幼児クラスからは皮付きのまま提供し、しっかり噛んでおいしく栄養が取れればと思っ ています。りんごには、ビタミンCがたくさん含まれているので風邪予防にもなりますよ。 </p>					
<p> ※印は乳児の朝のおやつです。 材料横の数字は、幼児1人分の分量です。 (乳児は4/5(80%)になります。) ※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。 </p>					