

令和4年度 1月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日 2	火曜日 3	水曜日 4	木曜日 5	金曜日 6	土曜日 7
休 園 日	休 園 日	<p>スパゲティ+ポリタン スパゲティ(小麦)30 ベーコン15 玉葱25 ピーマン5 人参8 ソース4 カットトマト20 トマト20 塩0.3 ケチャップ8 油</p> <p>さつま芋サラダ さつま芋50 きゅうり10 りんご8 レーズン3 塩0.3 マヨドレ8</p> <p>野菜スープ 大根20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p>米40</p> <p>ご飯</p> <p>お煮しめ 鶏20 れんこん15 牛蒡15 金時人参15 こんにゃく15 いんげん8 砂糖3 醤油3 酒2 みりん1</p> <p>味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>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>納豆のかき揚げ 納豆15 ツナ7 さつま芋40 小麦粉4 醤油2 卵5 油 塩 片栗粉2</p> <p>フロッコリーのごまあえ フロッコリー30 人参5 カリフラワー30 砂糖0.5 醤油1 ごま2</p>	<p>カレーうどん 干しうどん(小麦)30 鶏肉20 人参10 玉葱20 青葱7 油揚げ5 醤油3 片栗粉2 煮干 カレールー7</p> <p>たたきごぼう ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩</p> <p>みかん</p>
		<p>ゆかりおにぎり 米 ゆかり</p> <p>チーズ</p> <p>※おせんべい</p>	<p>じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター</p> <p>牛乳</p> <p>※チーズ</p>	<p>ヨーグルト (市販)</p> <p>カリカリトースト (小麦)</p> <p>※牛乳</p>	<p>スノーボール 小麦粉 砂糖 バター 粉糖</p> <p>牛乳</p> <p>※レーズン</p>
9	10	11 (鏡開き)	12 (幼児弁当日)	13	14
休 園 日	<p>米40</p> <p>ご飯</p> <p>鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4</p> <p>ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干</p> <p>味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40 大根葉1 みりん1 醤油1 花かつお1</p> <p>大根葉ご飯</p> <p>牛肉と根菜の含め煮 牛肉20 大根50 人参20 こんにゃく15 ごぼう20 絹さや3 酒2 醤油3 砂糖1 みりん2 油0.3</p> <p>とろろ汁 とろろ芋15 ほうれん草10 卵15 醤油0.5 塩0.4 ちりめんじゃこ2 出し昆布 煮干</p>	<p>米40</p> <p>和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ25 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉4 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5 豆腐10</p> <p>ゆでフロッコリー フロッコリー20 塩</p> <p>粉ふき芋 じゃが芋30 塩0.3</p> <p>味噌汁 白菜20 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米30 もち米15 小豆7 塩 出し昆布</p> <p>小豆ご飯</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2 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>野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 赤味噌1</p> <p>わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p> <p>りんご</p>
	<p>ミルクパン (市販) (小麦・卵・乳)</p> <p>牛乳</p> <p>※チーズ</p>	<p>ぜんざい おもち 小豆 砂糖 塩</p> <p>牛乳</p> <p>※フルーン</p>	<p>グレープゼリー グレープジュース 砂糖 アガー</p> <p>カリカリトースト (小麦)</p> <p>牛乳</p> <p>※りんご</p>	<p>スコーン 小麦粉 卵 砂糖 バター レーズン チーズ</p> <p>牛乳</p> <p>※バナナ</p>	<p>マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖</p> <p>フルーン</p> <p>牛乳</p> <p>※おせんべい</p>
16	17 (焼き芋)	18	19	20	21
<p>マカロニグラタン マカロニ(小麦)16 鶏肉30 ミックスチーズ8 牛乳100 マッシュルーム8 玉葱20 小麦粉3.5 バター3 塩0.5</p> <p>レーズンサラダ キャベツ20 きゅうり10 レーズン3 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3</p> <p>野菜スープ 玉葱15 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン</p>	<p>さつまいも80</p> <p>やきいも</p> <p>おにぎり 米50 塩 のり</p> <p>とん汁 (焼き芋用) 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7 煮干 出し昆布</p> <p>みかん</p>	<p>米40</p> <p>ご飯</p> <p>春巻き 春巻の皮(小麦)12 豚肉15 干椎茸1 人参10 ゆでたけのこ10 春雨7 ピーマン6 油 酒1 塩 砂糖1 ごま油0.5 醤油3</p> <p>ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 乾わかめ0.5 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2</p> <p>味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p>松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油1</p> <p>白菜の煮びたし 白菜65 人参10 油揚げ7 酒1 みりん1 醤油2 出し昆布 煮干</p> <p>味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40</p> <p>ご飯</p> <p>鮭の塩焼き 鮭50 塩0.3 油 醤油 酒</p> <p>千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ7 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2</p> <p>味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>	<p>米40 油揚げ15 青葱3 玉葱10 砂糖1 片栗粉1 鶏ミンチ15 卵8 のり0.5 酒1 醤油2 みりん2</p> <p>きつね丼</p> <p>ごぼうの土佐煮 ごぼう30 砂糖0.8 油 人参10 花かつを1 醤油2 みりん1 酒0.2</p> <p>味噌汁 ほうれん草10 えのき5 味噌4.5 煮干 出し昆布</p>
<p>五平餅 米 もち米 味噌 はちみつ</p> <p>田作り 小魚 みりん 醤油 ごま</p> <p>※チーズ</p>	<p>レーズン蒸しパン 小麦粉 BP 砂糖 卵 油 レーズン</p> <p>牛乳</p> <p>※おせんべい</p>	<p>ヨーグルト (市販)</p> <p>おせんべい (市販)</p> <p>※牛乳</p>	<p>ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 毎ジャム</p> <p>牛乳</p> <p>※バナナ</p>	<p>黄粉クッキー 小麦粉 砂糖 黄粉 バター BP</p> <p>牛乳</p> <p>※チーズ</p>	<p>バナナ</p> <p>ビスケット (市販) (小麦・乳・卵)</p> <p>牛乳</p> <p>※フルーン</p>

月曜日 23	火曜日 24 (誕生日会)	水曜日 25	木曜日 26 ご飯	金曜日 27 ご飯	土曜日 28 ひじきご飯
大根葉ご飯 米40 大根葉1 みりん1 醤油1 花かつお1 おでん 鶏肉30 大根60 酒2 さつま揚げ(卵)20 こんにゃく20 人参10 油あげ8 砂糖1 みりん3 醤油2 煮干 出し昆布 とろろ汁 とろろ芋15 ほうれん草10 卵15 醤油0.5 塩0.4 ちりめんじゃこ2 出し昆布 煮干	キャロットライス 米40 人参10 バター1 塩0.3 パセリ 千キンカツ 鶏むね肉50 塩0.3 油5 卵3 強力粉3 パン粉5 牛乳5 ケチャップ3 ウスターソース2 コールスローサラダ キャベツ40 冷コーン8 酢2 砂糖0.5 塩0.3 トマト・フロッキー 野菜スープ 大根20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	バターロール (小麦・乳・卵) 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3 ブイヨン ローリエ 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 砂糖0.5 醤油0.3	米40 ぶりの照り焼き ぶり50 砂糖1 みりん4 酒4 醤油2 黒豆煮 黒豆10 砂糖5 醤油0.8 塩0.1 あちら漬け かぶ50 赤かぶ20 砂糖1 酢2 塩0.5 味噌汁 白菜20 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 お煮しめ 鶏20 れんこん15 牛蒡15 人参15 こんにゃく15 いんげん8 砂糖3 醤油3 酒2 みりん1 味噌汁 さつま芋25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	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7 油0.5 醤油2 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布 じゃが芋とツナの炊き合わせ じゃが芋50 三度豆3 玉葱20 ツナ8 砂糖0.5 醤油2 酒2 塩0.1 みりん0.8 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
りんご きらびあげ (市販) (小麦) 牛乳 ※チーズ	手作りクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 ココア B.P 牛乳 ※おせんべい	焼きおにぎり 米 花かつお 醤油 みりん チーズ ※牛乳	グリーンホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 バター ほうれん草 BP 牛乳 牛乳 ※フルーン	おからドーナツ (市販) (小麦・乳・卵) フルーン 牛乳 ※みかん	蒸し芋 さつま芋 牛乳 ※おせんべい
30 カレーうどん 干しうどん(小麦)30 鶏肉20 人参10 玉葱20 青葱7 油揚げ5 醤油3 片栗粉2 煮干 カレールー7 たたきごぼう ごぼう25 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩 りんご	31 ご飯 米40 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.3 酒4 醤油2 みりん3 油 生姜 トマト ほうれん草の土佐和え ほうれん草40 えのき15 人参3 花かつお1 砂糖1 醤油2 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布				
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 ※チーズ	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 牛乳 ※みかん				
<p>新年には新しい年神様を迎え、7日 七草粥 11日 鏡開き 15日 小正月と行事があり、今年は土日と重なるので園では平日に振替て予定しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鏡開き…お正月の間に神様・仏様にお供えしていた鏡餅には、年神様が宿ると考えられ神様・仏様に感謝をしながら食べることにより1年の無病息災を願います。 ・小正月…中国ではお正月の15日に疫病や邪気を払うために小豆粥を食べます。小豆のように赤色の食べ物には邪気を払う力があり、園では小豆ごはんを食べて無病息災を願います。 <p>それらの意味を子ども達に伝えていき、今年も伝統行事を大切にしていきたいですね。</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>					