



給食だより

2017年1月 あけぼの保育園



おせち料理

前もっておせち料理を作っておくのは、神様を迎えているお正月の間は、料理中に物音を立てて騒がしくすることを慎むためだそうです。数の子には“子孫繁栄”、黒豆は“まめに過ごし、まめに働けるように”、タイは“めでたい”田作りは“豊作”、エビは“長寿祈願”など、それぞれに意味があります。

1月の
給食こんだて



	献立	材料	午前おやつ	午後おやつ
1日	年始休暇
2月	年始休暇
3火	年始休暇
4水	ホッケのマヨネーズ焼き・人参の子和え・ほうれん草のピーナッツ和え	ホッケ・たらこ・人参・白滝・油揚げ・高野豆腐・枝豆・ほうれん草・もやし	果物	ホットケーキ
5木	照り焼きチキン・れんこんきんぴら・卵入り春雨サラダ	鶏もも肉・れんこん・人参・油揚げ・春雨・卵・きゅうり	ヨーグルト	バター煎餅
6金	鮭フライ・切干大根煮・ほうれん草のごま和え	サケ・切干大根・人参・白滝・油揚げ・さつま揚げ・いんげん・ほうれん草	フルーチェ	お菓子
7土	カレー・ソーセージ天ぷら・キャベツとツナのサラダ	鶏もも肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・コーン・魚肉ハム・キャベツ・ツナ	お菓子	ゼリー
8日	休日
9月	成人の日
10火	ごぼうの肉巻・マカロニサラダ・ほうれん草和え物	豚ロース・ごぼう・マカロニ・きゅうり・人参・ほうれん草・なめたけ	お菓子	ヨーグルト
11水	サバの味噌煮・長もやし炒め・大根サラダ	サバ・大豆もやし・人参・白滝・油揚げ・大根・きゅうり・ツナ	フルーチェ	蒸しパン
12木	豆腐ハンバーグ・ひとロスパゲティ・フライドポテト	豚ひき肉・人参・玉ねぎ・木綿豆腐・卵・スパゲティ・フライドポテト・フロccoli・コーン	お菓子	ポッフコーン
13金	タラの竜田揚げ・ひじき煮・マカロニサラダ	タラ・ひじき・人参・ごぼう・白滝・さつま揚げ・枝豆・じゃがいも・きゅうり・人参・ハム	ヨーグルト	お菓子
14土	豚汁・しょうまい・ほうれん草と卵のサラダ	豚バラ・白菜・人参・ねぎ・しめじ・ごぼう・高野豆腐・白滝・シューマイ・ほうれん草・卵	果物	ゼリー
15日	休日
16月	マーボー豆腐・ギョーザ・春雨の酢の物	豚ひき肉・人参・玉ねぎ・干し椎茸・木綿豆腐・餃子・春雨・きゅうり・カニカマ	フルーチェ	バター煎餅
17火	焼きサケ・おから炒め・フロccoliとコーンのサラダ	サケ・おから・ごぼう・人参・ひじき・枝豆・フロccoli・コーン	お菓子	蒸し芋
18水	おでん・目玉焼き・ウインナー・つけ野菜	ちくわ・はんぺん・こんにゃく・人参・大根・卵・ウインナー・フロccoli	ヨーグルト	ホットケーキ
19木	タンダーチキン・春雨のシーチキン炒め・小松菜のピーナッツ和え	鶏もも肉・春雨・ツナ・白菜・人参・ピーマン・コーン・小松菜	果物	ポッフコーン
20金	白身魚のフライ・かぼちゃサラダ・ほうれん草のお浸し	タラ・かぼちゃ・枝豆・ほうれん草・人参	フルーチェ	お菓子
21土	シチュー・ソーセージフライ・小松菜のごま和え	鶏もも肉・白菜・じゃがいも・人参・玉ねぎ・コーン・魚肉ハム・小松菜・もやし	ヨーグルト	ゼリー
22日	休日
23月	コロッケ・大根の鶏煮・ほうれん草のしらす和え	コロッケ・大根・鶏もも肉・人参・大根・いんげん・ほうれん草・しらす	お菓子	ヨーグルト
24火	サンマの煮つけ・野菜炒め・小松菜と卵のサラダ	サンマ・キャベツ・人参・もやし・ピーマン・小松菜・卵	フルーチェ	蒸しパン
25水	春巻き・ひじきの子和え・スパゲティサラダ	春巻き・ひじき・たらこ・人参・白滝・油揚げ・高野豆腐・枝豆・スパゲティ・きゅうり	ヨーグルト	バター煎餅
26木	おさかなハンバーグ・ひとロスパゲティ・フライドポテト	つみれ・玉ねぎ・ひじき・木綿豆腐・枝豆・卵・スパゲティ・フライドポテト	フルーチェ	ポッフコーン
27金	誕生会 炊き込みご飯・鶏のからあげ・フロccoliとエビのサラダ	米・タケノコ・人参・枝豆・鶏もも肉・フロccoli・エビ・きゅうり	...	プリン
28土	せんべい汁・エビと椎茸の炒め和え・きゅうりとわかめの酢の物	鶏もも肉・白菜・人参・しめじ・えのき・ごぼう・白滝・焼き豆腐・ねぎ・かわらけ餅・エビ・椎茸・わかめ・きゅうり	果物	お菓子
29日	休日
30月	はんぺんフライ・豚バラ大根の炒め煮・フロccoliのごま和え	はんぺん・チーズ・豚バラ・大根・人参・いんげん・フロccoli・もやし	フルーチェ	ホットケーキ
31火	ホッケのチーズ焼き・人参のきんぴら・ほうれん草とツナのサラダ	ホッケ・チーズ・人参・油揚げ・木綿豆腐・いんげん・ほうれん草・コーン・ツナ	お菓子	ゼリー

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。