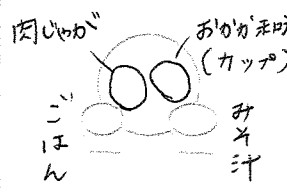
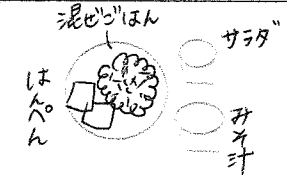
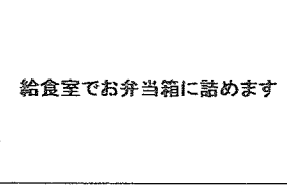
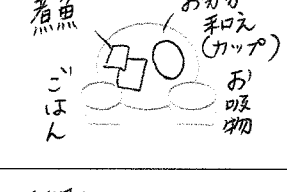
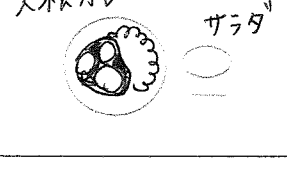
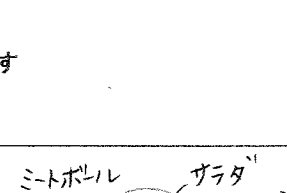
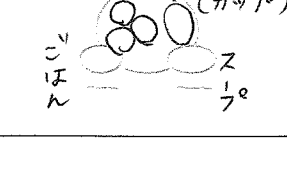
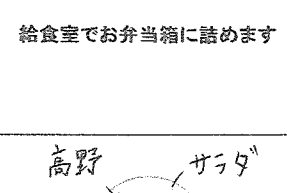
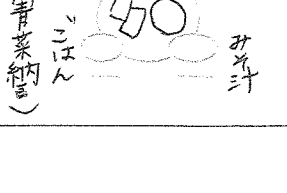
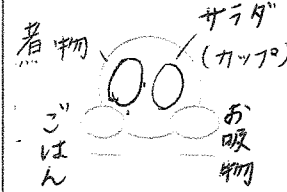
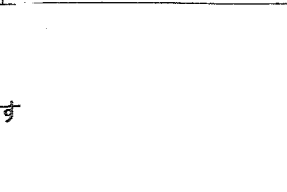
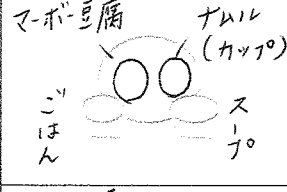
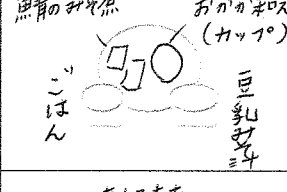
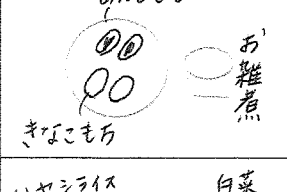
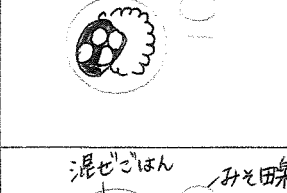
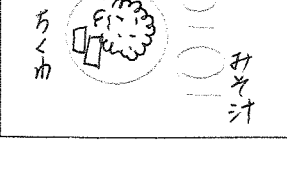
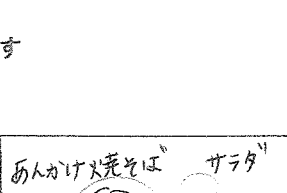
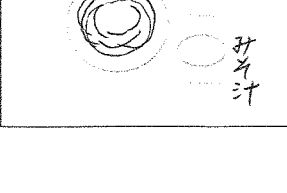
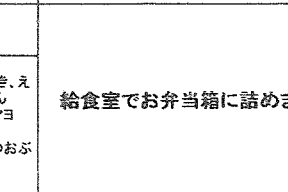
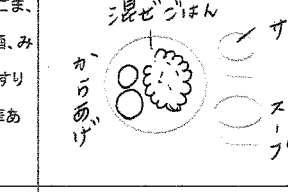
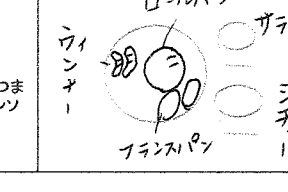
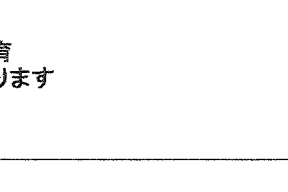


給食ニュース 2026年1月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

| 間食           | 昼食献立                                  | 材料                                                                                                        | このように配膳します                                                                          |
|--------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 5日(月)        | 冬休み預かり保育<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです       |                                                                                                           |    |
| 午前:牛乳        | ごはん<br>肉じゃが                           | 米<br>豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、醤油、酒、みりん、砂糖<br>白菜、人参、小松菜、かつおぶし、醤油                                                |                                                                                     |
| 午後:混ぜごはんおにぎり | 白菜のおかか和え<br>みそ汁                       | 味噌、玉ねぎ、わかめ、厚揚げ、かつおぶし                                                                                      |                                                                                     |
| 6日(火)        | 冬休み預かり保育<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです       |                                                                                                           |    |
| 午前:牛乳        | ごはん<br>ハムと小松菜の混ぜごはん                   | 米、小松菜、ハム、中華味、塩、醤油、ごま油<br>はんぺん、油<br>マロニー、キャベツ、人参、ハム、マヨネーズ、塩                                                |                                                                                     |
| 午後:おかかおにぎり   | マロニーサラダ<br>みそ汁                        | 味噌、大根、人参、油揚げ、かつおぶし                                                                                        |                                                                                     |
| 7日(水)        | 冬休み預かり保育 お弁当の日<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです |                                                                                                           |    |
| 午前:牛乳        | ごはん<br>高野豆腐のフライ                       | 米<br>高野豆腐、卵、小麦粉、パン粉、油、ソース<br>キャベツ                                                                         |                                                                                     |
| 午後:鮭わかめおにぎり  | 鶏干大根の煮物<br>みそ汁                        | 切干大根、人参、大豆、さつま揚げ、油揚げ、醤油、みりん、砂糖<br>味噌、白菜、人参、ふ、かつおぶし                                                        |                                                                                     |
| 8日(木)        | 始業礼拝 午前保育<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです      |                                                                                                           |   |
| 人參蒸しパン       | ごはん<br>煮魚                             | 米<br>カレイ、生姜、醤油、砂糖、酒、みりん<br>白菜、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩<br>玉ねぎ、わかめ、豆腐、小松菜、かつおぶし                                      |                                                                                     |
| 9日(金)        | 大根カレーライス                              |                                                                                                           |  |
| ゆかりおにぎり      | スパゲティサラダ                              | スパゲティ、キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、醤油、すりごま                                                                             |                                                                                     |
| 10日(土)       | 土曜保育<br>お弁当になります                      |                                                                                                           |  |
| 午前:牛乳        |                                       |                                                                                                           |                                                                                     |
| 午後:バナナ       |                                       |                                                                                                           |                                                                                     |
| 13日(火)       | ごはん<br>ミートボール煮込み                      |                                                                                                           |  |
| 豆蒸しパン        | 切干大根のサラダ<br>もやしスープ                    | 米<br>豚ひき肉、玉ねぎ、人参、パン粉、しいたけ、醤油、砂糖、みりん、片栗粉<br>切干大根、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、マヨネーズ、醤油<br>もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩             |                                                                                     |
| 14日(水)       | お弁当の日<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです          |                                                                                                           |  |
| 塩昆布おにぎり      | ごはん<br>炒り鶏                            | 米<br>鶏肉、人参、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、醤油、みりん、酒、砂糖<br>マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩                                          |                                                                                     |
| 15日(木)       | ごはん<br>青菜の納豆和え                        |                                                                                                           |  |
| わかめおにぎり      | 高野豆腐の竜田揚げ<br>野菜と糸落天のサラダ<br>みそ汁        | 米<br>ひきわり納豆、小松菜、醤油、かつおぶし<br>高野豆腐、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油<br>キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、糸落天、醤油、すりごま、かつおぶし<br>味噌、白菜、人参、ふ、かつおぶし |                                                                                     |

| 間食               | 昼食献立                                  | 材料                                                            | このように配膳します                                                                            |
|------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 16日(金)           | ごはん<br>鶏肉と大根の煮物                       | 米<br>鶏肉、大根、人参、厚揚げ、小松菜、醤油、砂糖、酒、みりん                             |    |
| 青菜とおかかおにぎり       | スパゲティサラダ<br>お吸い物                      | スパゲティ、キャベツ、人参、きゅうり、ハム、マヨネーズ、塩<br>玉ねぎ、わかめ、とうふ、小松菜、醤油、みりん、かつおぶし |                                                                                       |
| 17日(土)           | 土曜保育<br>お弁当になります                      |                                                               |    |
| 午前:牛乳            |                                       |                                                               |                                                                                       |
| 午後:あんこパン         |                                       |                                                               |                                                                                       |
| 19日(月)           | ごはん<br>麻婆豆腐                           | 米<br>豚ひき肉、豆腐、人参、ネギ、生姜、にんにく、甜麺醤、醤油、酒、中華あじ、ごま油、片栗粉              |    |
| カレーピラフおにぎり       | もやしと青菜のナムル<br>中華野菜スープ                 | もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油、ごま油<br>白菜、人参、クリームコーン、中華あじ、塩                |                                                                                       |
| 20日(火)           | ごはん<br>鶏の味噌煮                          | 米<br>鶏、生姜、味噌、醤油、酒、みりん、砂糖<br>キャベツ、人参、香葱、醤油、かつおぶし、すりごま          |   |
| 鮭昆布おにぎり          | 野菜のおかか和え<br>豆乳みそ汁                     | 味噌、大根、人参、油揚げ、豆乳、かつおぶし                                         |                                                                                       |
| 21日(水)           | 餅つき                                   |                                                               |  |
| きな粉餅             | もち米、きな粉、砂糖、塩                          |                                                               |                                                                                       |
| あんこ餅             | もち米、あんこ、砂糖、塩                          |                                                               |                                                                                       |
| お雑煮              | もち米、鶏肉、大根、人参、しいたけ、ネギ、小松菜、醤油、みりん、かつおぶし |                                                               |                                                                                       |
| 22日(木)           | ハヤシライス                                | 米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー                                    |  |
| 焼きそば             | 白菜の塩焼和え                               | 白菜、人参、小松菜、塩、かつおぶし                                             |                                                                                       |
| 23日(金)           | ごぼうの混ぜご飯                              | 米、鶏ひき肉、ごぼう、人参、小松菜、醤油、酒、みりん、砂糖                                 |  |
| ちくわの磯辺揚げ         | ちくわ、小麦粉、卵、青のり、油                       |                                                               |                                                                                       |
| みそ田楽             | 大根、厚揚げ、味噌、砂糖、みりん                      |                                                               |                                                                                       |
| みそ汁              | 味噌、キャベツ、人参、高野豆腐、かつおぶし                 |                                                               |                                                                                       |
| 24日(土)           | 土曜保育<br>お弁当になります                      |                                                               |  |
| 午前:牛乳            |                                       |                                                               |                                                                                       |
| 午後:スティックパン       |                                       |                                                               |                                                                                       |
| 26日(月)           | あんかけ焼きそば                              | 焼きそば、鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、しめじ、小松菜、中華あじ、醤油、酒、みりん、塩、片栗粉、ごま油             |  |
| 温野菜サラダ(醤油総マヨネーズ) | 温野菜サラダ(醤油総マヨネーズ)                      | 味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつおぶし                                           |                                                                                       |
| 鮭おにぎり            | みそ汁                                   |                                                               |                                                                                       |

| 間食       | 昼食献立                                    | 材料                                                                              | このように配膳します                                                                            |
|----------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 27日(火)   | ごはん<br>白身魚のから揚げ(甘辛たれ)                   | 米<br>タラ、片栗粉、油<br>醤油、みりん、砂糖                                                      |    |
| ごま塩おにぎり  | 白菜の塩昆布和え<br>みそ汁                         | 白菜、人参、香葱、塩昆布<br>味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし                                              |                                                                                       |
| 28日(水)   | 午前保育 お弁当の日<br>給食希望の方のメニューは下記の通りです       |                                                                                 |    |
| 芋蒸しパン    | ごはん<br>すき焼き風煮                           | 米<br>豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、しらたき、えのき茸、ふ、醤油、砂糖、酒、みりん<br>じゃが芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩            |                                                                                       |
| 29日(木)   | 青菜の混ぜご飯                                 | 米、小松菜、かつおぶし、すりごま、醤油                                                             |    |
| 鶏のから揚げ   | 鶏のから揚げ                                  | 鶏肉、生姜、にんにく、醤油、酒、みりん、ごま油、卵、片栗粉、油                                                 |                                                                                       |
| 塩昆布おにぎり  | もやしとツナのサラダ<br>もずくスープ                    | もやし、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、醤油<br>もずく、玉ねぎ、えのき茸、中華あじ、塩                                   |                                                                                       |
| 30日(金)   | ロールパン<br>フランスパン                         | ロールパン<br>フランスパン                                                                 |   |
| ゆかりおにぎり  | ウィンナーソーサー<br>温野菜サラダ(オーロラソース)<br>白菜のシチュー | ウィンナー、油<br>キャベツ、人参、ブロッコリー<br>ケチャップ、マヨネーズ<br>鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、さつま芋、小麦粉、バター、牛乳、コンソメ、塩 |                                                                                       |
| 31日(土)   | 土曜保育<br>お弁当になります                        |                                                                                 |  |
| 午前:牛乳    |                                         |                                                                                 |                                                                                       |
| 午後:ロールパン |                                         |                                                                                 |                                                                                       |

【材料】  
・木綿豆腐.....1丁(300g)  
・豚ひき肉.....100g  
・人参.....1/3本  
・長ネギ.....1/4本  
・生姜.....少々  
・にんにく.....少々  
・甜麺醤.....大2  
・醤油.....大1  
・酒.....大1  
・中華あじ.....小1  
(ガラスープの素でもOK)  
・水.....250cc  
・水溶性片栗粉  
・ごま油

麻婆豆腐

- ①豆腐は角切り(お好みの大きさ)に切って湯通ししておく。豆腐の余分な水分が抜けて味が染みやすくなります。人参・生姜・ネギ・にんにくはみじん切りにしておく。
- ②深めのフライパンか中華鍋を熱し、ごま油を入れてにんにく、生姜・ネギを入れて炒め、香りが立ってきたら人参を炒める。
- ③豚ひき肉を加えて炒める。
- ④甜麺醤を加えて炒め、馴染んできたら醤油・中華あじ・水を加えて一煮立ちさせ、豆腐を加えて少し煮る。
- ⑤水溶性片栗粉でとろみをつけたら出来上がり。