

# 給食ニュース 2022年12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
1日(木)	ごはん 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、小松菜、醤油、砂糖、みりん、酒	肉じゃが ガラダ (カップ)
塩昆布おにぎり	切干大根サラダ	切干大根、人参、キュウリ、ツナ、マヨネーズ、すりごま、醤油	お吸い物
2日(金)	ごはん 麻婆豆腐	米 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	マボウ豆腐 ガラダ (カップ)
笹わかめおにぎり	春雨サラダ	春雨、もやし、人参、キュウリ、ハム、すりごま、醤油、ごま油	みそ汁
3日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:ロールパン			
5日(月)	ごはん 鶏肉と大根の煮物	米 鶏肉、大根、里芋、人参、厚揚げ、醤油、砂糖、みりん	煮物 ガラダ (カップ)
チキンピラフおにぎり	スパゲティサラダ	スパゲティ、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	みそ汁
6日(火)	ごはん ミートボール煮込み	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、人参、しいたけ、醤油、砂糖、みりん、片栗粉	ミートボール もやし ガラダ (カップ)
羊羹パン	もやしと青菜のごま和え	もやし、小松菜、人参、ツナ、醤油、すりごま	中華野菜スープ
7日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
おかかおにぎり	ごはん 高野豆腐の卵とじ	米 高野豆腐、鶏ひき肉、人参、卵、玉ねぎ、醤油、砂糖、みりん	給食室でお弁当箱に詰めます
8日(木)	あんかけ焼きそば	焼きそば麺、豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、しめじ、もやし、小松菜、中華あじ、醤油、酒、みりん、塩、片栗粉、ごま油	あんかけ大根そば おかん
鮎おにぎり	フルーツ 野菜スープ	みかん キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	スーポ
9日(金)	ごはん チキンカツ	米 鶏肉、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	チキンカツ 煮物 ガラダ (カップ)
ジャムパン	キャベツ 切干大根の煮物	キャベツ 切干大根、人参、大豆、さつま揚げ、醤油、砂糖	みそ汁
10日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
12日(月)	チキンカレーライス	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、カレールー	チキンカレー ガラダ (カップ)
豆蒸しパン	春雨サラダ	春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、卵、マヨネーズ、塩	
13日(火)	ごはん 煮魚	米 赤魚、生姜、醤油、砂糖、酒、みりん	煮魚 ニほん みそ汁
焼きそば	もやしとツナのごま和え	もやし、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、醤油、みりん	みそ汁
14日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
混ぜご飯おにぎり	ごはん 親子煮	米 鶏肉、玉ねぎ、卵、人参、ごぼう、干しいたけ、醤油、酒、砂糖	給食室でお弁当箱に詰めます
	野菜のゆかり和え	白菜、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩	
	お吸い物	玉ねぎ、豆腐、わかめ、はんぺん、醤油、かつおぶし、みりん	
15日(木)	すみれ組クリスマス 預かり保育 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 すき焼き風煮	米 豚肉、玉ねぎ、人参、豆腐、えのき茸、しらたき、ふ、醤油、砂糖、酒	すき焼き ガラダ (カップ)
午後:わかめおにぎり	マカロニサラダ	マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	みそ汁
16日(金)	ひつじ組ほし組クリスマス 預かり保育 給食希望の方のメニューは下記の通りです		
午前:牛乳	スパゲティミートソース	スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ケチャップ、ホールトマト、コンソメ、塩、砂糖、油	ミートソース スパゲティ スーポ
午後:塩昆布おにぎり	フルーツヨーグルト	プレーンヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖	スーポ
17日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
19日(月)	ごはん 手作りふりかけ	米 すりごま、かつおぶし粉、わかめ、青のり、塩	ふりかけ 煮物 ガラダ (カップ)
あんこサンド	はんぺんソテー 大根と油揚げの煮物	はんぺん、油 大根、人参、油揚げ、醤油、砂糖、みりん、かつおぶし	かき玉汁
20日(火)	終了礼拝 午前保育 預かり保育 給食希望の方のメニューは下記の通りです		
ポテトフライ	チキンライス	米、鶏肉、人参、玉ねぎ、卵、ピーマン、ケチャップ、コンソメ	チキンライス ガラダ (カップ)
	ウィンナーソテー 温野菜サラダ (オーロラソース) わかめスープ	ウィンナー、油 キャベツ、人参、フロクロー ケチャップ、マヨネーズ わかめ、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ、塩	スーポ
21日(水)	冬休み預かり保育 お弁当の日 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 炒り鶏	米 鶏肉、人参、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、醤油、砂糖、酒、みりん	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:おかかおにぎり	ミックスポテトサラダ	じゃが芋、さつま芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	
	みそ汁	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
22日(木)	冬休み預かり保育 給食希望の方のメニューは下記の通りです		
午前:牛乳	うどん	うどん、醤油、みりん、かつおぶし	かきあげ 浅漬け (カップ)
午後:そぼろおにぎり	かき揚げ	玉ねぎ、人参、ちくわ、春菊、小麦粉、卵、油	うどん
	野菜の浅漬け	キャベツ、人参、キュウリ、塩昆布、塩	
23日(金)	冬休み預かり保育 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 鯖の味噌煮	米 鯖、生姜、味噌、醤油、酒、砂糖、みりん	鯖 ガラダ (カップ)
午後:鮎おにぎり	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	みそ汁
24日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:あんこパン			
26日(月)	冬休み預かり保育 給食希望の方のメニューは下記の通りです		
午前:牛乳	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	ハヤシライス ガラダ (カップ)
午後:ジャムパン	コールスローサラダ	キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コーン、酢、油、塩	
27日(火)	冬休み預かり保育 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 鶏のから揚げ	米 鶏肉、生姜、にんにく、卵、ごま油、小麦粉、片栗粉、油	かきあげ 煮物 ガラダ (カップ)
午後:蒸かし芋	キャベツのごま和え	キャベツ、ごま、塩	スーポ
	高野豆腐の煮物	高野豆腐、大根、人参、さつま揚げ、醤油、砂糖、酒	
	かき玉スープ	玉ねぎ、人参、えのき茸、卵、コンソメ、塩	
28日(水)	冬休み預かり保育 お弁当の日 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 肉豆腐	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、砂糖、酒	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:鮎おにぎり	野菜の塩昆布和え	白菜、人参、キュウリ、塩昆布、塩	
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、油揚げ、わかめ、かつおぶし	

- 中華野菜スープ 6日の献立より
- 材料 4人分
- ・白菜.....1/6個
  - ・人参.....1/3本
  - ・卵.....1個
  - ・クリームコーン.....小1缶
  - ・中華あじ.....小2 (ガラスープでも可)
  - ・水.....6カップ
  - ・塩
- ①人参はいちょう切り、白菜は食べやすい大きさにざく切りする。
  - ②鍋に水を入れ、人参、を入れて火にかけ、沸いてきたら白菜を入れる。
  - ③クリームコーン、中華あじを入れて白菜が柔らかくなった、塩で味を調える。
  - ④溶き卵をふわっと入れて出来上がり。
- \*白菜の旨みとクリームコーンの甘さでとても美味しく子ども達に好評です。