

給食ニュース 2026年2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
2日(月)	わかめごはん 豆腐ナゲット	米、わかめ、塩、酒、みりん 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、塩麴、片栗粉、油	
人差しパン	カレーもやし お吸い物	もやし、人参、キュウリ、ツナ、塩、カレー、粉 玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、醤油、かつおぶし、みりん	
3日(火)	ごはん 炒り豆腐	米 豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、人参、玉ねぎ、醤油、砂糖、酒、みりん	
焼うどん	野菜のごま和え つみれ汁	キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、醤油、かつおぶし いわしすり身、豆腐、味噌、生姜、大根、人参、ネギ、醤油、かつおぶし	
4日(水)	お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです		給食室でお弁当箱に詰めます
鮭わかめおにぎり	ごはん 高野豆腐の卵とじ 人参と青菜のごま和え みそ汁	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、高野豆腐、卵、醤油、砂糖、酒 人参、小松菜、すりごま、醤油、砂糖 味噌、白菜、人参、厚揚げ、かつおぶし	
5日(木)	ごはん ごまふりかけ	米 いりごま、かつお粉、青のり、醤油	
ごま塩おにぎり	白身魚塩麹揚げ 野菜スティック (味噌マヨネーズ) みそ汁	カレイ、塩麴、小麦粉、片栗粉、油 大根、人参、キュウリ 味噌、みりん、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、ふ、かつおぶし	
6日(金)	ごはん ミートボール煮込み	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、パン粉、しめじ、ケチャップ、ハヤシルー、小松菜 マカロニ、人参、ブロッコリー、ハム、マヨネーズ、塩 キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
ゆかりおにぎり	マカロニサラダ 野菜スープ		
7日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
9日(月)	ごはん 肉豆腐	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、酒、砂糖、みりん	
豆差しパン	野菜のゆかり和え 豆乳みそ汁	キャベツ、人参、キュウリ、ゆかり粉 味噌、白菜、人参、油揚げ、かつおぶし、豆乳	
10日(火)	うどん かき揚げ	うどん、醤油、みりん、かつおぶし 玉ねぎ、人参、ちくわ、醤油、小麦粉、卵、油	
わかめおにぎり	野菜の塩麴和え	白菜、人参、キュウリ、塩麴、かつおぶし	
12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、酒、砂糖、みりん 春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、玉ねぎ、わかめ、豆腐、かつおぶし	
塩昆布おにぎり	春雨サラダ みそ汁		

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
13日(金)	ミートソーススパゲティ	スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ホールトマト、ケチャップ、コンソメ、塩	
鮭おにぎり	甘酒フルーツヨーグルト 野菜スープ	甘酒、バナナ、みかん缶 白菜、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
14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			
16日(月)	スプリングコンサート代休日 預かり保育 給食希望の方のメニューは下記の通りです	豚こま大根 サラダ (カップ) みそ汁	
午前:牛乳	ごはん 豚こま大根	米 豚肉、大根、人参、小松菜、醤油、酒、砂糖、みりん	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:混ぜご飯おにぎり	スパゲティサラダ みそ汁	スパゲティ、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、豆腐、玉ねぎ、なめこ、かつおぶし	
17日(火)	ごはん 鯖の味噌煮	米 鯖、生姜、味噌、みりん、醤油、酒、砂糖	
鮭昆布おにぎり	おからポテトサラダ みそ汁	じゃが芋、おから、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、キャベツ、人参、厚揚げ、かつおぶし	
18日(水)	お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです	ハヤシライス コールスローサラダ	給食室でお弁当箱に詰めます
おかかおにぎり		米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コーン、酢、油、塩	
19日(木)	大豆とごぼうの混ぜご飯	米、豚ひき肉、ごぼう、人参、大豆、ネギ、小松菜、醤油、塩、中華あじ、ごま油、片栗粉	
あんこパン	はんぺんソテー 白菜のおかか和え みそ汁	はんぺん、油 白菜、人参、キュウリ、醤油、かつおぶし 味噌、大根、人参、高野豆腐、かつおぶし	
20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	
そばろおにぎり	春雨サラダ かき玉スープ	春雨、もやし、人参、キュウリ、ハム、醤油、酢、すりごま、ごま油 玉ねぎ、人参、えのき草、卵、コンソメ、塩	
21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			
24日(火)	ごはん すき焼き風煮	米 豚肉、玉ねぎ、豆腐、人参、しらたき、えのき草、ふ、醤油、みりん、酒、砂糖	
焼きそば	ポテトコーン みそ汁	じゃが芋、人参、クリームコーン、塩、青のり 味噌、大根、人参、厚揚げ、かつおぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
25日(水)	ほし組卒園旅行 すみれ・ひつじ組休園日 お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです	ごはん 鶏肉と大根の煮物 マロニーサラダ みそ汁	給食室でお弁当箱に詰めます
ごま塩おにぎり		米 鶏肉、大根、人参、厚揚げ、小松菜、醤油、砂糖、酒、みりん マロニー、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、白菜、人参、油揚げ、かつおぶし	
26日(木)	ごはん チキンカツ	米 鶏肉、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース キャベツ 切干大根の煮物 もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩	
おかかおにぎり	もやしスープ		
27日(金)	ロールパン フランスパン ウインナーソテー	ロールパン フランスパン ウインナー、油 キャベツ、人参、ブロッコリー、ケチャップ、マヨネーズ 鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、牛乳、バター、小麦粉、コンソメ、塩	
塩昆布おにぎり	温野菜サラダ (オーロラソース) クリームシチュー		
28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			

おかからポテトサラダ

材料 4人分

- じゃが芋.....3個
- 生おかから.....200g
- キュウリ.....1本
- 人参.....1/2本
- ハム.....2枚
- マヨネーズ.....大4
- 塩

①じゃが芋の皮をむいて1/4に切り茹でる

②人参はいちょう切りにして茹でる

③キュウリはスライスして塩もみし、ハムは2センチに切っておく

④茹で上がったじゃが芋をボールにいれてつぶし、生おかからを混ぜる

⑤人参、キュウリ、ハムを加えてマヨネーズを和え、塩で味を整えたら出来上がり

★食物繊維がしっかりと摂れます