

給食ニュース 2024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
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			
4日(木)	わかめごはん 高野豆腐の竜田揚げ	米、わかめ、塩、高野豆腐、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油	わかめごはん 高野豆腐
午前:牛乳	マロニーサラダ	マロニー、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	
午後:塩昆布おにぎり	みそ汁	味噌、大根、人参、油揚げ、かつおぶし	
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			
5日(金)	ごはん 肉じゃが	米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、醤油、酒、みりん、砂糖	肉じゃが
午前:牛乳	白菜のおかか和え	白菜、人参、キュウリ、かつおぶし、醤油	
午後:ごまわかめおにぎり	お吸い物	玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、みりん、かつおぶし	
土曜保育 お弁当になります			
6日(土)			
午前:牛乳			
午後:ロールパン			
始業礼拝 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			
9日(火)	鶏肉と野菜の煮物 もやしと青菜のごま和え	米、鶏肉、大根、厚揚げ、人参、醤油、砂糖、酒、もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油、砂糖	煮物
チキンライスおにぎり	みそ汁	味噌、白菜、人参、油揚げ、かつおぶし	
お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです			
10日(水)	ごはん 白身魚のフライ	米、タラ、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	給食室でお弁当箱に詰めます
鮭おにぎり	キャベツ 切干大根の煮物	キャベツ、切干大根、人参、さつま揚げ、油揚げ、大豆、醤油、砂糖、みりん	
	みそ汁	味噌、大根、人参、厚揚げ、かつおぶし	
11日(木)	大根カレーライス	米、豚ひき肉、大根、玉ねぎ、生姜、にんにく、カレールー、かつおぶし	カレーライス
おかかおにぎり	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	
12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、しいたけ、醤油、砂糖、みりん、片栗粉	ミートボール
芋蒸しパン	マカロニとブロッコリーのサラダ	マカロニ、ブロッコリー、人参、ツナ、マヨネーズ、塩	
	みそ汁	味噌、白菜、人参、油揚げ、かつおぶし	
土曜保育 お弁当になります			
13日(土)			
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
15日(月)	ひじきの混ぜご飯	米、ひじき、人参、大豆、油揚げ、醤油、みりん、砂糖、酒	ひじきごはん
ポテトフライ	はんぺんソテー	はんぺん、油	
	醤油焼田楽	大根、厚揚げ、醤油、砂糖、みりん、かつおぶし	
	みそ汁	味噌、キャベツ、人参、高野豆腐、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(火)	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	あんかけ焼きそば
塩昆布おにぎり	りんご寒天	りんごジュース、砂糖、寒天	
	野菜スープ	キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです			
17日(水)	ごはん 炒り豆腐	米、鶏ひき肉、豆腐、人参、玉ねぎ、干しいたけ、醤油、みりん、砂糖	給食室でお弁当箱に詰めます
鮭わかめおにぎり	さつま芋サラダ	さつま芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	
	みそ汁	味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし	
18日(木)	ごはん 白身魚の塩焼揚げ	米、カレイ、塩粒、みりん、片栗粉、小麦粉、油	白身魚
蒸し芋	野菜スティック (味噌マヨネーズ)	大根、人参、キュウリ、味噌、みりん、マヨネーズ	
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつおぶし	
19日(金)	きな粉餅	もち米、きな粉、砂糖、塩	きな粉もち
あんこ餅	お雑煮	もち米、あんこ、砂糖、塩	あんこもち
わかめおにぎり		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	
土曜保育 お弁当になります			
20日(土)			
午前:牛乳			
午後:バナナ			
22日(月)	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、油	ハヤシライス
あんこサンド	キャベツとツナのサラダ	キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、マヨネーズ、塩	
23日(火)	切干大根の混ぜご飯	米、切干大根、鶏ひき肉、人参、ごぼう、油揚げ、干しいたけ、小松菜、醤油、砂糖、酒	混ぜごはん
さつま芋の天ぷら	フルーツ	さつま芋、小麦粉、卵、油	
人参蒸しパン	ちくわぶすいとん	みかん	
		豚肉、大根、人参、ネギ、白菜、ちくわぶ、醤油、みりん、かつおぶし	
午前保育 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			
24日(水)	ごはん 豚肉と玉ねぎの醤油焼	米、豚肉、玉ねぎ、醤油、酒、みりん	給食室でお弁当箱に詰めます
青菜とおかかおにぎり	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	
	みそ汁	味噌、玉ねぎ、わかめ、豆腐、かつおぶし	
25日(木)	ごはん 煮魚	米、赤魚、生姜、醤油、酒、みりん、砂糖	煮魚
ジャムパン	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、すりごま、醤油	
	みそ汁	味噌、白菜、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
26日(金)	ロールパン フランスパン ウィンナーソテー	ロールパン、フランスパン、ウィンナー、油	ロールパン
ごまおかかおにぎり	温野菜サラダ (ツナ昆布ドレッシング)	キャベツ、人参、ブロッコリー、玉ねぎ、ツナ、塩昆布、マヨネーズ	
	クリームシチュー	鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、小麦粉、バター、牛乳、コンソメ、塩	
土曜保育 お弁当になります			
27日(土)			
午前:牛乳			
午後:あんこパン			
29日(月)	ごはん 麻婆豆腐	米、豚ひき肉、豆腐、人参、ネギ、生姜、にんにく、甜麺醬、醤油、酒、中華あじ、ごま油、片栗粉	麻婆豆腐
もやしと青菜のナムル	中華野菜スープ	もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油、ごま油	
カレーピラフおにぎり		白菜、人参、クリームコーン、中華あじ、塩	
30日(火)	ごはん 青菜の納豆和え	米、ひきわり納豆、小松菜、醤油、かつおぶし	納豆和え
焼そば	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、小麦粉、卵、青のり、油	
	野菜の塩昆布和え	キャベツ、人参、キュウリ、塩昆布、味噌、白菜、人参、高野豆腐、かつおぶし	
	みそ汁		
お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです			
31日(水)	ごはん 炒り鶏	米、鶏肉、人参、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、醤油、みりん、酒、砂糖	給食室でお弁当箱に詰めます
塩昆布おにぎり	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、わかめ、豆腐、はんぺん、醤油、みりん、かつおぶし	

幼稚園のお雑煮(汁)

- <材料4人分>
 鶏肉.....60g
 大根.....1/5本
 人参.....1/3本
 椎茸.....2枚
 小松菜.....1/3束
 長ネギ.....1/2本
 だし汁.....800ml
 醤油.....大3
 みりん.....大2
 塩.....少々

- ①大根、人参はいちょう切り、椎茸はスライス、ネギは小口切り、小松菜は3cm位に切って下茹でしておく。
- ②だし汁に一口大に切った鶏肉を入れて中火で煮て、ひと煮立ちさせ、アクを取り除く。
- ③大根、人参、椎茸を入れて中火で煮る。
- ④火が通ったら醤油、みりんを加えて味を見て、塩で調節し、ネギと下茹でした小松菜を加えて出来上がり。