

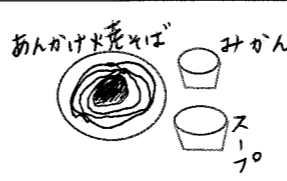

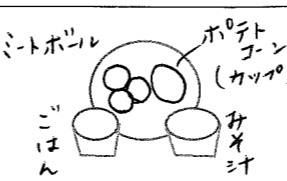
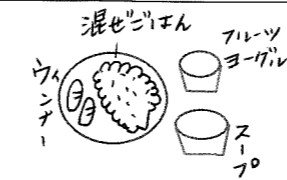


給食ニュース 2023年12月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
1日(金)	ごはん 鶏肉と根菜の煮物	米 鶏肉、人参、大根、ごぼう、れんこん 厚揚げ、小松菜、醤油、砂糖、酒、 みりん	
塩昆布おにぎり	もやしとツナのごま和え みそ汁	もやし、人参、キュウリ、ツナ、すりご ま、醤油、みりん 味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつお ぶし	
2日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
4日(月)	ごはん 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しら たぎ、小松菜、醤油、砂糖、酒、み りん	
おかかおにぎり	野菜のゆかり和え かき玉汁	キャベツ、人参、キュウリ、ゆかり粉 塩 味噌、玉ねぎ、人参、卵、醤油、み りん、かつおぶし、片栗粉	
5日(火)	ミートソーススパゲティ 温野菜サラダ (ツナ昆布ドレッシング) もやしスープ	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 キャベツ、ブロッコリー、人参 玉ねぎ、ツナ、塩昆布、マヨネーズ もやし、人参、玉ねぎ、中華あじ、塩	
6日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
午後:豆蒸しパン	青菜とおかかの混ぜご飯 はんぺんソテー マロニーサラダ お吸い物	米、小松菜、かつおぶし、すりごま、 醤油 はんぺん、油 マロニー、キャベツ、人参、キュウリ ハム、マヨネーズ 玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、醤油、 みりん、かつおぶし	給食室でお弁当箱に詰めます
7日(木)	ごはん チキンカツ キャベツ 切干大根の煮物 みそ汁	米 鶏肉、小麦粉、卵、パン粉、油、ソー ス キャベツ 切干大根、人参、大豆、さつま揚げ 醤油、砂糖 味噌、白菜、人参、油揚げ、かつお ぶし	
8日(金)	ごはん 煮魚 もやしと青菜のごま和え 豚汁	米 赤魚、生姜、醤油、みりん、砂糖、酒 もやし、人参、小松菜、すりごま、醬 油、砂糖 味噌、豚肉、大根、人参、白菜、しい たけ、こんにゃく、里芋、ごぼう、ネギ かつおぶし	
9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			
11日(月)	ごはん 炒り豆腐 ミックスポテトサラダ 白菜と春雨のスープ	米 鶏ひき肉、豆腐、人参、干しいたけ 玉ねぎ、醤油、みりん、砂糖、酒 さつま芋、じゃが芋、人参、キュウリ ツナ、マヨネーズ、塩 白菜、玉ねぎ、人参、しいたけ、春雨 醤油、中華あじ、塩、ごま油	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
12日(火)	わかめごはん 豆腐ナゲット カレーもやし みそ汁	米、わかめ、塩 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、塩粒、 片栗粉、油 もやし、人参、キュウリ、ツナ、カレ ー粉 味噌、大根、人参、油揚げ、かつ おぶし	
あんにサンド			
13日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
わかめおにぎり	ごはん 親子煮 野菜のおかか和え お吸い物	米 鶏肉、玉ねぎ、卵、人参、ごぼう 干しいたけ、醤油、酒、砂糖 白菜、人参、キュウリ、かつおぶし 醤油 玉ねぎ、豆腐、わかめ、小松菜、 醤油、かつおぶし、みりん	給食室でお弁当箱に詰めます
14日(木)	根菜カレーライス コールスローサラダ 青菜とおかかのおにぎり	米、豚肉、玉ねぎ、人参、大根、れ んこん、じゃが芋、生姜、にんにく カレールー、かつおぶし キャベツ、人参、キュウリ、ハム、 コーン、酢、油、塩	
15日(金)	あんかけ焼きそば フルーツ 野菜スープ	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 みかん キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ 塩	
16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			
18日(月)	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 炒り鶏 マカロニサラダ みそ汁	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 マカロニ、人参、キュウリ、ハム、 マヨネーズ、塩 味噌、白菜、人参、ふ、かつおぶ し	
午後:ごま塩おにぎり			
19日(火)	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	ごはん ミートボール煮込み ポテトコーン みそ汁	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、しいた け、小松菜、醤油、みりん、砂糖、 片栗粉 じゃが芋、人参、クリームコーン、 塩、青のり 味噌、キャベツ、人参、高野豆腐、 かつおぶし	
午後:人参蒸しパン			
20日(水)	終業礼拝 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		
午前:牛乳	ごはん 白身魚の味噌煮 春雨サラダ お吸い物	米 赤魚、生姜、醤油、味噌、酒、み りん、砂糖 春雨、キャベツ、人参、キュウリ、 ハム、卵、マヨネーズ、塩 玉ねぎ、わかめ、豆腐、小松菜、 醤油、みりん、かつおぶし	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:塩昆布おにぎり			
21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	人参とツナのごま和え ウィンナーソテー フルーツヨーグルト 塩粒スープ	米、人参、ツナ、すりごま、小松菜 薄口醤油、みりん ウィンナー、油 プレーンヨーグルト、バナナ、りん ご、砂糖 白菜、玉ねぎ、人参、大根、塩粒	
午後:ジャムパン			

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
22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 麻婆豆腐 もやしと春雨サラダ	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 もやし、春雨、人参、キュウリ、すり ごま、醤油、ごま油、酢 白菜、人参、クリームコーン、中華 あじ、塩	
午後:カレーピラフおにぎり			
23日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:クロワッサンパン			
25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	ごはん 手作りふりかけ はんぺんフライ	米 わかめ、すりごま、かつおぶし粉、青 のり、塩 はんぺん、小麦粉、卵、粉チーズ、パ ン粉、パセリ粉、油 大根、人参、キュウリ 醤油粒、みりん、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、ふ、かつおぶ し	
午後:羊蒸しパン	野菜スティック (醤油粒マヨネーズ) みそ汁		
26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 豚こま大根 スパゲティサラダ かき玉汁	米 豚肉、大根、人参、油揚げ、醤油、 酒、みりん、砂糖 スパゲティ、キャベツ、人参、キュウ リ、ツナ、醤油、すりごま 玉ねぎ、人参、卵、醤油、みりん、か つおぶし、片栗粉	
午後:焼きそば			
27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 ポテトサラダ みそ汁	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、 みりん、酒、砂糖 じゃが芋、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	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:ゆかりおにぎり			
28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 かき揚げ	うどん、醤油、みりん、かつおぶし 玉ねぎ、人参、春菊、さつま芋、ちく わ、小麦粉、卵、油	
午後:混ぜご飯おにぎり	野菜のごまおかか和え	白菜、人参、キュウリ、すりごま、か つおぶし、醤油	

白菜と春雨のスープ 11日の献立より

- 材料 4人分
- ・白菜.....1/6個
 - ・人参.....1/3本
 - ・しいたけ.....2枚
 - ・玉ねぎ.....1/4個
 - ・春雨.....20g
 - ・中華あじ.....小2
 - ・水.....5カップ
 - ・醤油.....大1
 - ・塩.....少々
 - ・ごま油.....少々
- ①人参・玉ねぎは千切り、しいたけはスライスし、白菜は食べやすい大きさにざく切りする。
 - ②春雨は熱湯につけてからざく切りにしておく。
 - ③鍋にごま油、玉ねぎ・人参を炒める。
 - ④白菜・しいたけを入れて炒め、中華あじを入れて混ぜ、水を入れて煮る。
 - ⑤煮立ったら②の春雨を加え、醤油と塩で味を整えて出来上がり♪