

令和3年10月 給食こんだて

献立は、都合により変更することがあります。

令和3年9月21日(火) まことさつなえ保育園

だし汁には、煮干し・かつお節・昆布・鶏ガラ・豚骨など、料理に合わせて使用します。

食育の一環として【世界の料理を知ろう】という目的で、世界のメニューを取り入れております。

日	1~2歳児 午前おやつ	1~5歳児 昼食	1~5歳児 午後おやつ	主な食材	調味料
1 金	牛乳 りんご	醤油ラーメン じゃが芋の含め煮 ルビーグレープフルーツ	牛乳 ミルクパン	牛乳・りんご・ルビーグレープフルーツ・生ラーメン 豚肉・玉葱・もやし・人参・ほうれん草・長葱 にんにく・生姜・じゃが芋・小麦粉・米粉 ベーキングパウダー・フォローアップミルク	サラダ油・醤油・塩 砂糖 (だし用)鶏ガラ・豚骨 昆布
2 土	牛乳 バナナ	ごはん・オレンジ 味噌汁(小松菜・麩) 大豆かき揚げ 白菜ごま和え	牛乳 ビスケット	牛乳・バナナ・オレンジ・精白米 小松菜・麩・大豆水煮・ほたて・玉葱・人参 ホールコーン・小麦粉・片栗粉・卵・白菜 すりごま・ビスケット	鉄強化味噌・砂糖 塩・サラダ油・醤油
4 月	牛乳 りんご	ごはん・グレープフルーツ 味噌汁(油揚げ・大根) ヒシカツ キャベツと人参のおかか和え	ヨーグルト 鉄強化クラッカー かえり煮干	牛乳・りんご・グレープフルーツ・精白米 大根・油揚げ・豚肉・小麦粉・パン粉・キャベツ 人参・削りかつお・ヨーグルト・鉄強化クラッカー かえり煮干し	鉄強化味噌・塩 サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・醤油
5 火	牛乳 バナナ	ごはん・ぶどう 味噌汁(ほうれん草・舞茸) かわいいのごま焼き ひじきの五目煮	牛乳 ふかし芋	牛乳・バナナ・ぶどう・精白米・ほうれん草 舞茸・かれない・米粉・片栗粉・すりごま・ほしひじき 鶏肉・人参・しらたき・さつま芋	鉄強化味噌・酒 みりん・サラダ油 砂糖・醤油
6 水	牛乳 オレンジ	味噌うどん 南瓜グラッセ パイン	麦茶 チーズ キャラットクッキー	牛乳・オレンジ・パイン・干しうどん 鶏肉・油揚げ・玉葱・人参・ほうれん草・南瓜 麦茶・チーズ・小麦粉・バター・人参	鉄強化味噌・砂糖 塩 (だし用)昆布・かつお節
7 木	牛乳 グレープフルーツ	ごはん・柿 麦茶 さつま芋のカレー 小松菜ごまつな和え	牛乳 アップルゼリー 鉄強化クラッカー	牛乳・グレープフルーツ・柿・精白米・鉄強化クラッカー 麦茶・豚肉・さつま芋・しめじ・玉葱・人参 バター・小麦粉・米粉・Ca鉄入り牛乳・小松菜 ツナ缶・すりごま・りんごジュース(果汁100%)・粉寒天	サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・醤油 カレー粉・砂糖
8 金	牛乳 バナナ	ごはん・梨 石狩汁 鶏肉照り焼き もやしののり和え	牛乳 レーズンパン 昆布	牛乳・バナナ・梨・精白米・鮭・玉葱・じゃが芋 大根・人参・長葱・鶏肉・もやし・のり・昆布 レーズンパン	鉄強化味噌・みりん 醤油・酒 (だし用)昆布・かつお節
9 土	牛乳 りんご	ジャムサンド・ルビーグレープフルーツ スープ(じゃが芋・人参・コーン) 鶏肉きのこ煮 ブロッコリー味噌マヨネーズ	牛乳 せんべい	牛乳・りんご・ルビーグレープフルーツ・食パン いちごジャム・じゃが芋・人参・ホールコーン 鶏肉・米粉・玉葱・えのき・しめじ・にんにく トマトピューレ・パプリカ粉・ブロッコリー・せんべい	醤油・塩・サラダ油 ケチャップ・中濃ソース 酒・砂糖・鉄強化味噌 マヨネーズ・(だし用)かつお節
11 月	牛乳 オレンジ	バターロール・梨 オニオンコンスープ ほっけのムニエル風 小松菜しめじ和え	牛乳 ジャージャーめん	牛乳・オレンジ・梨・ロールパン・玉葱・ホールコーン ほっけ・米粉・小松菜・しめじ・干しうどん・もやし 豚挽肉・長葱・生姜	サラダ油・ケチャップ 塩・醤油・砂糖・酒 鉄強化味噌 (だし用)昆布・かつお節
12 火	牛乳 りんご	ふりかけごはん・バナナ 豆乳味噌汁(白菜・しめじ) 豚肉の生姜焼き ほうれん草のサラダ	牛乳 きなこマフィン	牛乳・りんご・バナナ・精白米・ふりかけ 白菜・しめじ・無調整豆乳・豚肉・生姜・ほうれん草 もやし・人参・すりごま・全粒粉入り粉・小麦粉・きな粉 ベーキングパウダー・フォローアップミルク・卵・バター	鉄強化味噌・醤油 酒・砂糖・酢 サラダ油
13 水	牛乳 グレープフルーツ	ごはん・柿 味噌汁(生揚げ・わかめ) 鮭チャンチャン焼き スティック胡瓜・トマト	牛乳 チーズトースト	牛乳・グレープフルーツ・柿・精白米 生揚げ・わかめ・鮭・キャベツ・玉葱・人参・えのき 胡瓜・トマト・食パン・バター・粉チーズ	鉄強化味噌・酒・塩 サラダ油・砂糖・みりん 醤油
14 木	牛乳 バナナ	ごはん・パイン スープ(じゃが芋・人参) ハンバーグ ポテトサラダ	牛乳 ミルクパン	牛乳・バナナ・パイン・精白米・じゃが芋・人参・玉葱 パン粉・胡瓜・ホールコーン・小麦粉・米粉 フォローアップミルク	砂糖・サラダ油・塩 ケチャップ・中濃ソース マヨネーズ・醤油 (だし用)鶏ガラ



ドイツ





日	1～2歳児 午前おやつ	1～5歳児 昼食	1～5歳児 午後おやつ	主な食材	
15 金	牛乳 りんご	醤油ラーメン じゃが芋の含め煮 ルビーグレープフルーツ	牛乳 南瓜ドーナツ	牛乳・りんご・ルビーグレープフルーツ・生ラーメン 豚肉・玉葱・もやし・人参・ほうれん草・長葱・生姜 にんにく・じゃが芋・小麦粉・全粒粉入り粉・卵 ベーキングパウダー・南瓜・フォローアップミルク	サラダ油・醤油・塩 砂糖 (だし用)鶏ガラ・豚骨 昆布
16 土	牛乳 バナナ	ごはん・オレンジ 味噌汁(小松菜・麩) 大豆かき揚げ 白菜ごま和え	牛乳 ビスケット	牛乳・バナナ・オレンジ・精白米 小松菜・麩・大豆水煮・ほたて・玉葱・人参 ホールコーン・小麦粉・片栗粉・卵・白菜 すりごま・ビスケット	鉄強化味噌・砂糖 塩・サラダ油・醤油
18 月	牛乳 りんご	ごはん・グレープフルーツ 味噌汁(油揚げ・大根) ヒシカツ キャベツと人参のおかか和え	ヨーグルト 鉄強化クラッカー かえり煮干	牛乳・りんご・グレープフルーツ・精白米 大根・油揚げ・豚肉・小麦粉・パン粉・キャベツ 人参・削りかつお・ヨーグルト・鉄強化クラッカー かえり煮干し	鉄強化味噌・塩 サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・醤油
19 火	牛乳 バナナ	ごはん・ぶどう 味噌汁(ほうれん草・舞茸) かわいいのごま焼き ひじきの五目煮	牛乳 ふかし芋	牛乳・バナナ・ぶどう・精白米・ほうれん草 舞茸・かわいい・米粉・片栗粉・すりごま・ほしひじき 鶏肉・人参・しらたき・さつま芋	鉄強化味噌・酒 みりん・サラダ油 砂糖・醤油
20 水	牛乳 オレンジ	フォー  ベトナム風ナムル パイン	牛乳 バナナケーキ	牛乳・オレンジ・パイン・バナナ・米粉麺 鶏肉・人参・もやし・長葱・大根・人参・胡瓜 小麦粉・米粉・ベーキングパウダー・卵 バター・ほうれん草	砂糖・ごま油・塩 醤油・酢 (だし用)鶏ガラ
21 木	牛乳 グレープフルーツ	ごはん・柿 麦茶 さつま芋のカレー 小松菜ごまつな和え	牛乳 アップルゼリー 鉄強化クラッカー	牛乳・グレープフルーツ・柿・精白米・鉄強化クラッカー 麦茶・豚肉・さつま芋・しめじ・玉葱・人参 バター・小麦粉・米粉・Ca鉄入り牛乳・小松菜 ツナ缶・すりごま・りんごジュース(果汁100%)・粉寒天	サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・醤油 カレー粉・砂糖
22 金	牛乳 バナナ	ごはん・梨 石狩汁 鶏肉照り焼き もやしののり和え	牛乳 レーズンパン 昆布	牛乳・バナナ・梨・精白米・鮭・玉葱・じゃが芋 大根・人参・長葱・鶏肉・もやし・のり・昆布 レーズンパン	鉄強化味噌・みりん 醤油・酒 (だし用)昆布・かつお節
23 土	牛乳 りんご	ジャムサンド・ルビーグレープフルーツ スープ(じゃが芋・人参・コーン) 鶏肉きのこ煮 ブロッコリー味噌マヨネーズ	牛乳 せんべい	牛乳・りんご・ルビーグレープフルーツ・食パン いちごジャム・じゃが芋・人参・ホールコーン 鶏肉・米粉・玉葱・えのき・しめじ・にんにく トマトピューレ・パプリカ粉・ブロッコリー・せんべい	醤油・塩・サラダ油 ケチャップ・中濃ソース 酒・砂糖・鉄強化味噌 マヨネーズ・(だし用)かつお節
25 月	牛乳 オレンジ	バターロール・梨 オニオンコンスープ ほっけのムニエル風 小松菜しめじ和え	牛乳 ジャージャーめん	牛乳・オレンジ・梨・ロールパン・玉葱・ホールコーン ほっけ・米粉・小松菜・しめじ・干しうどん・もやし 豚挽肉・長葱・生姜	サラダ油・ケチャップ 塩・醤油・砂糖・酒 鉄強化味噌 (だし用)昆布・かつお節
26 火	牛乳 りんご	ごはん・バナナ  わかめスープ ブルコギ風 ナムル	牛乳 ホットク	牛乳・りんご・バナナ・精白米・わかめ・長葱・いりごま 豚肉・人参・しめじ・玉葱・ほうれん草・もやし 米粉・バター・小麦粉・さつま芋	塩・砂糖・醤油・ごま油 酒・みりん (だし用)昆布・かつお節
27 水	牛乳 グレープフルーツ	ごはん・柿 味噌汁(生揚げ・わかめ) 鮭チャンチャン焼き スティック胡瓜・トマト	牛乳 チーズトースト	牛乳・グレープフルーツ・柿・精白米 生揚げ・わかめ・鮭・キャベツ・玉葱・人参・えのき 胡瓜・トマト・食パン・バター・粉チーズ	鉄強化味噌・酒・塩 サラダ油・砂糖・みりん 醤油
28 木	牛乳 バナナ	麦茶 ミートソーススパゲッティ きゅうりの中華和え パイン	牛乳 ヨーグルトパンケーキ	牛乳・バナナ・パイン・スパゲティ・豚挽肉・大豆水煮 玉葱・人参・にんにく・小麦粉・カットマト缶・パセリ 胡瓜・ベーキングパウダー・卵・バター プレーンヨーグルト	サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・醤油・塩 ごま油・砂糖
29 金	牛乳 りんご	ごはん・ルビーグレープフルーツ 味噌汁(豆腐・大根) さんま竜田揚げ ほうれん草コーン和え	牛乳 南瓜ドーナツ	牛乳・りんご・ルビーグレープ・精白米 木綿豆腐・大根・さんま・生姜・米粉・片栗粉 ほうれん草・ホールコーン・小麦粉・全粒粉入り粉 卵・ベーキングパウダー・南瓜	砂糖・サラダ油・醤油 鉄強化味噌
30 土	牛乳 バナナ	ごはん・オレンジ 豆乳味噌汁(白菜・しめじ) ハンバーグ 人参甘煮	牛乳 クラッカー	牛乳・バナナ・オレンジ・精白米・無調整豆乳 白菜・しめじ・豚挽肉・玉葱・パン粉・人参 クラッカー	鉄強化味噌・塩 サラダ油・ケチャップ 中濃ソース・砂糖

