

令和3年1月の献立予定表

なるにつこ認定こども園

泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
4 18	月	カレーライス にんじんしりしり	(鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ) (にんじん、コーン缶、鶏ささみ)	4日国産みかんゼリー・菓子 18日ヨーグルト・菓子
5 19	火	鮭フライ・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(生鮭、小麦粉、パン粉)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(だいこん、たまねぎ、小松菜、油揚げ、にんじん、味噌)	菓子 牛乳
6 20	水	松風焼風・付け合わせ コールスロー・味噌汁	(豚挽肉、たまねぎ、ねぎ、味噌、パン粉)(ブロッコリー) 〈ごはん、きな粉〉 (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コンドレッシング)(もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、味噌)	きなこおにぎり お茶
7 21	木	大根ご飯・ぶりの照り焼き ひじきの炒り煮・味噌汁	(だいこん、だいこん葉、にんじん)(ぶり、土しょうが) 〈白玉粉、絹ごし豆腐、小豆〉 (ひじき、にんじん、糸こんにゃく、ピーマン)(なめこ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、味噌)	ぜんざい(おしるこ) 菓子
8 22	金	鶏肉と大根の煮付け ゆかり和え・味噌汁	(鶏肉、大根、にんじん、ブロッコリー) 〈小麦粉、豚挽肉、椎茸、キャベツ、たまねぎ、ねぎ〉 (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、味噌)	肉まん 牛乳
9 23	土	そぼろ丼 煮浸し・すまし汁	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、えのき)	菓子 牛乳
25	月	納豆ともずくのかきあげ・温キャベツ 大根のそぼろあん・味噌汁	(納豆、もずく、たまねぎ、まいたけ、にんじん、ねぎ、小麦粉)(キャベツ) 〈国産オレンジ〉 (だいこん、豚挽肉、たまねぎ、にんじん、土しょうが、片栗粉)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌)	果物・菓子 牛乳
12 26	火	麻婆豆腐 甘酢和え・中華スープ	(絹ごし豆腐、豚挽肉、ニラ、生しいたけ、土しょうが、たまねぎ、ケチャップ、赤味噌) (春雨、きゅうり、にんじん)(白菜、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜) 〈ホットケーキミックス、さつまいも、菓種マーガリン、メープルシロップ〉	さつまいもホットケーキ 牛乳
13 27	水	煮魚・味噌汁 きのこきんぴら	(赤魚)(さつまいも、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、味噌) (まいたけ、しめじ、にんじん、ピーマン) 〈小麦粉、豆乳、いちごジャム〉	いちご蒸しパン 牛乳
14 28	木	筑前煮 ごま和え・味噌汁	(鶏肉、ごぼう、にんじん、さといも、厚揚げ、糸こんにゃく) 〈ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、豆乳〉 (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(かぼちゃ、たまねぎ、えのき、ねぎ、味噌)	豆腐ケーキ 牛乳
15 29	金	鯖のカレー焼き・付け合わせ おかか和え・お雑煮風	(生鯖、片栗粉、カレー粉)(ブロッコリー) (白菜、にんじん、かつお節)(鶏肉、焼き豆腐、さといも、にんじん、だいこん、ほうれん草、白味噌)	菓子 飲むヨーグルト
16 30	土	鶏丼 煮浸し・すまし汁	(鶏肉、たまねぎ、にんじん、椎茸) (キャベツ、にんじん)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、ほうれん草)	菓子 牛乳