

# 5 給食 こんだて がつ 表



令和2年度  
社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園  
舞戸保育所

日	曜日	献立名	主な材料			3歳未満児追加分	おやつ
			血や肉や骨になる	かや熱のもとになる	体の調子をととのえる		
1	金	ポークカレー 福神漬け キウイフルーツ 切り昆布炒め 乳酸菌飲料	豚肉 ツナ缶 乳酸菌飲料	じゃがいも カレールー 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 福神漬け キウイフルーツ 昆布 しいたけ	米飯(月～金) チーズ	牛乳 米菓子
2	土	焼きうどん ミニゼリー もやしと鶏肉のマヨサラダ 麦茶	豚肉 鶏肉	ゆで麺 マヨネーズ ゼリー	ねぎ キャベツ 人参 もやし きゅうり		麦茶 せんべい
3	日	憲法記念日					
4	月	みどりの日					
5	火	こどもの日					
6	水	振替休日					
7	木	ミートボール ふりかけ オレンジ ブロッコリーとかにかまのサラダ なめこ汁	豚肉 かにかま	片栗粉 ごまドレッシング ふりかけ	オレンジ なめこ 大根 ブロッコリー パプリカ	ミニトマト	スキムミルク クッキー
8	金	ベーコンシチュー キウイフルーツ れんこんのごま酢和え 乳酸菌飲料	ベーコン 乳酸菌飲料	じゃがいも シチュールー すりごま 和風ドレッシング	玉ねぎ 人参 グリンピース れんこん 小松菜 えのき キウイフルーツ	チーズ	牛乳 くるみ入りホットケーキ
9	土	味噌ラーメン パナナ 白菜とじゃこのこぶ和え 麦茶	豚肉 ちりめんじゃこ	ゆで中華麺 コーン	もやし キャベツ 人参 ねぎ 白菜 塩昆布 パナナ 玉ねぎ		麦茶 ビスケット
10	日						
11	月	目玉焼き ボイルウインナー いちご もやしのごまサラダ 大根汁	たまご ウインナー	すりごま 和風ドレッシング	もやし きゅうり 人参 キャベツ いちご 大根 わかめ	ヨーグルト	牛乳 たいやき
12	火	アジフライ 線キャベツ オレンジ 炒り豆腐 ポトフ	アジ とうふ 鶏肉 ベーコン	小麦粉 パン粉 ごま じゃがいも	キャベツ 人参 しいたけ ねぎ オレンジ 玉ねぎ	ミニトマト	ヨーグルト
13	水	筑前煮 ふりかけ グレープフルーツ ★ブロッコリーとちくわのみそマヨ和え たまごスープ	ちくわ みそ たまご 鶏肉 高野豆腐	マヨネーズ ふりかけ こんにゃく	ブロッコリー 人参 グレープフルーツ れんこん グリンピース ねぎ しいたけ ごぼう たけのこ	さつまいものレ モン煮	ミロ入りスキムミルク 揚げ菓子
14	木	チキンカレー 福神漬け キウイフルーツ ひじき炒め 牛乳	鶏肉 大豆缶 牛乳	カレールー じゃがいも 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 福神漬け ひじき しいたけ キウイフルーツ	チーズ	オレンジジュース 米菓子
15	金	おでん パナナ 中華風たたききゅうり ふりかけ	たまご ちくわ 油揚げ 生揚げ ウインナー	こんにゃく ごま ふりかけ	大根 きゅうり パナナ	煮豆	牛乳 サターアンダギー
16	土	焼きそば チーズ もやしのナムル風 麦茶	豚肉 チーズ	ゆで中華麺 ごま	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし 水菜		麦茶 せんべい
17	日						
18	月	鮭の塩焼き オレンジ 豚肉と野菜炒め わかめ汁	鮭 豚肉 とうふ	焼肉のたれ	キャベツ 玉ねぎ 人参 オレンジ わかめ	ヨーグルト	スキムミルク 和菓子
19	火	チーズオムレツ ごま昆布 グレープフルーツ かむかむサラダ 白菜と生揚げの味噌汁	たまご チーズ 牛乳 ベーコン さきいか 生揚げ	ケチャップ	玉ねぎ マッシュルーム缶 大根 白菜 人参 きゅうり もやし グレープフルーツ ごま昆布	ミニゼリー	カルピス ビスケット
20	水	エビフライ 線キャベツ いちご ポテトサラダ ふりかけ 中華風スープ	エビ ハム 豚肉	小麦粉 パン粉 ふりかけ じゃがいも マヨネーズ	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ いちご ほうれん草 ねぎ	枝豆	牛乳 クッキー
21	木	ビーンズカレー キウイフルーツ 切り干し大根の煮物 乳酸菌飲料	豚肉 大豆缶 油揚げ 乳酸菌飲料	じゃがいも カレールー ごま	玉ねぎ 人参 大根 キウイフルーツ	たまご豆腐	手作りゼリー
22	金	一口BOX サンド パナナ 牛乳	たまご チーズ ハム ツナ缶 牛乳	パン じゃがいも マヨネーズ	きゅうり トマト 人参 パナナ	チーズ	風っ子飲料 米菓子
23	土	スパゲティミートソース 牛乳かん レタスサラダ 麦茶	豚肉 牛乳	スパゲティ パター ケチャップ コーン ソース 小麦粉 ごまドレッシング	玉ねぎ 人参 グリンピース レタス 水菜 みかん缶 寒天		麦茶 クッキー
24	日						
25	月	マーボー豆腐 鮭フレーク オレンジ 春雨と山菜炒め たまごスープ	とうふ たまご 鮭フレーク	マーボー豆腐の素 春雨	ねぎ しいたけ たけのこ 人参 わらび オレンジ わかめ	ヨーグルト	牛乳 ミニアメリカンドッグ
26	火	春遠足(おべんとうの日)					
27	水	鮭のムニエル パナナ ★新じゃがのカレー風味揚げ 白菜汁	鮭	じゃがいも 小麦粉 片栗粉 カレー粉 パター	パナナ 白菜 人参 えのき	たまご豆腐	スキムミルク クッキー
28	木	鶏もも肉の竜田揚げ のりの佃煮 いちご ほうれん草のごま和え 大根汁	鶏肉	片栗粉 すりごま	ほうれん草 のりの佃煮 大根 わかめ いちご	かぼちゃの甘露	牛乳 米菓子
29	金	クリームシチュー キウイフルーツ 春雨サラダ 牛乳	鶏肉 ハム 牛乳	シチュールー じゃがいも ごま 冷やし中華のつゆ 春雨	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり キウイフルーツ	ミニトマト	プリン
30	土	山菜うどん ミニゼリー ナゲット 麦茶	鶏肉 油揚げ ナルト	乾麺 ゼリー ケチャップ	わらび たけのこ えのき なめこ しいたけ 人参 昆布		麦茶 ビスケット
31	日						

★・修ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューです。

※給食は月齢により、刻み等個々に調理しております。