

# 6がっ 給食 こんだて 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	月	親子煮 ぶりかけ オレンジ ほうれん草のごま和え わかめ汁	鶏肉 たまご	糸こんにゃく すりごま ぶりかけ	しいたけ 玉ねぎ グリンピース オレンジ ほうれん草 わかめ たけのこ	ヨーグルト	スキムミルク 米菓子
2	火	エビフライ 線キャベツ いちご 炒り豆腐 なめこ汁	エビ とうふ 鶏肉	小麦粉 パン粉 ごま	キャベツ いちご 人参 ねぎ しいたけ なめこ 大根	ぶりかけ	牛乳 ビスケット
3	水	ホイコーロー グレープフルーツ 春雨サラダ たまごスープ	豚肉 たまご ハム	春雨 ごま 片栗粉 冷やし中華のつゆ	キャベツ ピーマン たけのこ ねぎ 人参 きゅうり グレープフルーツ	ミニトマト	風っ子飲料 せんべい
4	木	ハンバーグ 鮭フレーク バナナ セロリとささみのマヨネーズ和え 白菜汁	豚肉 鮭フレーク 鶏肉	マヨネーズ ハンバーグの素 ケチャップ	バナナ セロリ ほうれん草 白菜 人参 えのき 玉ねぎ	さつまいものレモン煮	牛乳 和菓子
5	金	ベーコンシチュー キウイフルーツ ひじき炒め 乳酸菌飲料	ベーコン 大豆 乳酸菌飲料	シチュールー じゃがいも 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 グリンピース キウイフルーツ ひじき しいたけ	チーズ	牛乳 ケーキ
6	土	鶏ごぼううどん 牛乳かん もやしのナムル風 麦茶	鶏肉 油揚げ ナルト 牛乳	乾麺 ごま	ごぼう 人参 ねぎ しいたけ 昆布 みかん缶 寒天 もやし 水菜		麦茶 クッキー
7	日						
8	月	目玉焼き ボイルウインナー オレンジ かむカムサラダ さつまいもの味噌汁	たまご ウインナー さきいか	さつまいも	大根 人参 きゅうり もやし ねぎ えのき オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク 米菓子
9	火	筑前煮 オクラ納豆 バナナ シュウマイ すまし汁	鶏肉 高野豆腐 豚肉 納豆	こんにゃく シュウマイの皮	しいたけ ごぼう たけのこ れんこん 人参 グリンピース オクラ 玉ねぎ キャベツ わかめ えのき シロ バナナ	ミニゼリー	牛乳 揚げ菓子
10	水	★豚肉のポークケチャップ ぶりかけ いちご ほうれん草のツナ和え とうふ汁	豚肉 ツナ缶 とうふ	ケチャップ ぶりかけ	玉ねぎ グリンピース ほうれん草 いちご なめこ	ミニトマト	ヨーグルト
11	木	ししゃもの磯辺揚げ グレープフルーツ 鶏肉とアスパラの中華炒め ごま昆布 大根汁	ししゃも 鶏肉	天ぷら粉 片栗粉	あおさ アスパラ にんにく グレープフルーツ ごま昆布 大根 わかめ	枝豆	フルーツポンチ
12	金	ポークカレー 福神漬 キウイフルーツ 切り昆布炒め 牛乳	豚肉 牛乳 ツナ缶	カレールー じゃがいも 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 福神漬 昆布 しいたけ キウイフルーツ	チーズ	ジョア せんべい
13	土	焼きそば バナナ れんこんのごま酢和え 麦茶	豚肉	ゆで中華麺 すりごま 和風ドレッシング	玉ねぎ 人参 キャベツ れんこん 小松菜 えのき バナナ		麦茶 ビスケット
14	日						
15	月	鮭の塩焼き オレンジ カリフラワーのカレー煮 わかめ汁	鮭 豚肉	カレー粉	カリフラワー オレンジ わかめ えのき	たまご豆腐	ミロリススキムミルク 米菓子
16	火	おでん バナナ 中華風たたききゅうり ごま昆布	たまご ちくわ 油揚げ 生揚げ ウインナー	ごま	大根 きゅうり バナナ ごま昆布	煮豆	プリン
17	水	肉じゃが ぶりかけ ミニトマト 春雨と山菜炒め なめこ汁	豚肉 とうふ	じゃがいも 糸こんにゃく 春雨 ぶりかけ	玉ねぎ 人参 グリンピース しいたけ たけのこ わらび ミニトマト なめこ	ヨーグルト	牛乳 ★冷やしフルーツサンド
18	木	ブロッコリーと豚肉の中華炒め グレープフルーツ きんぴらごぼう たまごスープ	豚肉 たまご	片栗粉 糸こんにゃく ごま	ブロッコリー ごぼう 人参 ねぎ たけのこ れんこん グレープフルーツ わかめ	かぼちゃの甘煮	牛乳 せんべい
19	金	クリームシチュー キウイフルーツ 切り干し大根の煮物 牛乳	鶏肉 油揚げ 牛乳	シチュールー じゃがいも ごま	玉ねぎ 人参 大根 キウイフルーツ	チーズ	ジョア クッキー
20	土	ナポリタン チーズ 水菜サラダ 麦茶	ベーコン チーズ	スパゲティ ケチャップ コーン ごまドレッシング	玉ねぎ ピーマン 人参 マッシュルーム 水菜 レタス		麦茶 米菓子
21	日						
22	月	鶏の唐揚げ ぶりかけ オレンジ チップサラダ 大根汁	鶏肉 油揚げ	唐揚げ粉 ポテトチップス コーン ごまドレッシング ぶりかけ	レタス きゅうり トマト オレンジ 大根 人参 えのき	ヨーグルト	牛乳 ビスケット
23	火	チーズオムレツ バナナ ブロッコリーサラダ じゃがいもとわかめ汁	たまご チーズ ベーコン 牛乳	ケチャップ ごまドレッシング じゃがいも コーン	玉ねぎ マッシュルーム 人参 ブロッコリー きゅうり バナナ わかめ	ミニトマト	牛乳 和菓子
24	水	鮭のムニエル いちご ポテトサラダ 中華風スープ	鮭 ハム 豚肉	小麦粉 バター じゃがいも マヨネーズ コーン	玉ねぎ 人参 きゅうり いちご ほうれん草 ねぎ	枝豆	カルピス せんべい
25	木	ミートボール のりの佃煮 グレープフルーツ 元気サラダ 白菜と生揚げの味噌汁	豚肉 ハム かつおぶし 生揚げ	コーン	キャベツ 人参 きゅうり 塩昆布 のりの佃煮 白菜 グレープフルーツ ねぎ	煮豆	スキムミルク 米菓子
26	金	ビーンズカレー 福神漬 さくらんぼ もやしのごまサラダ 乳酸菌飲料	鶏肉 大豆 ハム 乳酸菌飲料	カレールー じゃがいも すりごま 和風ドレッシング	玉ねぎ 人参 福神漬 さくらんぼ もやし きゅうり	チーズ	手作りゼリー
27	土	冷やしそうめん ミニゼリー 豚肉とキャベツの冷しゃぶ 麦茶	豚肉	そうめん ごまドレッシング ゼリー	のり キャベツ 玉ねぎ 人参		麦茶 せんべい
28	日						
29	月	マーボー豆腐 鮭フレーク オレンジ ほうれん草のバター炒め たまごスープ	とうふ 鮭フレーク たまご ウインナー	マーボー豆腐の素 バター	ねぎ オレンジ ほうれん草 人参	ヨーグルト	牛乳 ビスケット
30	火	八宝菜 グレープフルーツ ナゲット ごま昆布 わかめ汁	豚肉 シーフードミックス たまご 鶏肉 とうふ	片栗粉	白菜 人参 しいたけ たけのこ グレープフルーツ わかめ ごま昆布	ミニトマト	牛乳 米菓子

★…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。