

# 給食献立表

平成30年1月1日 社会福祉法人 本郷こども園

月	火	水	木	金
<p>*日本には季節の行事ごとに、健康や長寿の願いが込められた、特別な食事があります。 お正月のごちそう、おせち料理。昆布巻きには「よろこぶ」、黒豆には「まめに元気にすごせるように」などそれぞれ縁起のよいいわれがあります。お雑煮は、神様にお供えしていたお餅やお供え物を食べることによって「力を授かる」と考えられていました。お正月料理を一緒にいただきながら、子ども達に日本の食文化を伝えていきましょう。</p>				
1/8	1/9 未満児 みかん	1/10 未満児 クラッカー	1/11 未満児 豆乳 塩せんべい	1/12 未満児 チーズ
<b>成人の日</b>	マーボー豆腐 (豆腐、ねぎ、豚肉) きゅうりの酢の物 スパゲッティサラダ (スパゲッティ、人参、きゅうり、かまぼこ) チェリー もみのり (263k cal)	肉じゃが (じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉、 こんにゃく、グリーンピース) 胡麻和え (ほうれん草、もやし) 味噌汁 (豆腐、ねぎ、なめこ) ミニトマト チーズ 納豆 (228k cal)	厚揚げの煮物 (大根、あげ、こんにゃく、人参) サラダ (きゅうり、みかん缶、パイン缶) 味噌汁 (竹輪、白菜) チェリー 佃煮昆布 (262k cal)	スクランブルエッグ (卵、ベーコン、パセリ) 含め煮 (わかめ、グリーンピース) 味噌汁 (えのき、ねぎ、豆腐) ごま塩 (262k cal)
	3時 ジャコ・肝油 ぶかし芋	3時 ジャコ・肝油 雑煮	3時 ジャコ・肝油 野菜スナック	3時 ジャコ・肝油 ミルク まがりせんべい
1/15 未満児 動物ビスケット	1/16 未満児 みかん入りヨーグルト	1/17 未満児 バナナ	1/18 未満児 ホット牛乳 せんべい	1/19 未満児 チーズ
角天の甘辛煮 高野豆腐の卵とし (高野豆腐、卵、椎茸、人参、ねぎ) 酢の物 (春雨、しらす、きゅうり) ミニトマト 塩昆布 (252k cal)	鯖の照り煮 ポテトサラダ (じゃが芋、人参、きゅうり、ハム) 野菜スープ (玉ねぎ、人参、キャベツ、はんぺん) チェリー もみのり (326k cal)	焼肉 (牛肉、玉ねぎ、ピーマン) かぶのマスタードサラダ (かぶ、ブロッコリー、人参、卵、レタス、カニカマ) 味噌汁 (えのき、あげ、ふ) 納豆 (376k cal)	鶏肉の照り焼き ごぼうサラダ (ごぼう、人参、ツナ、コーン) ワンタンスープ (ワンタン、ねぎ、チンゲン菜) 佃煮昆布 (259k cal)	ソーセージフライ ナムル (きゅうり、もやし、キャベツ、人参) 味噌汁 (あげ、玉ねぎ、わかめ) ブロッコリー ごま塩 (242k cal)
3時 ジャコ・肝油 ココア マリービスケット	3時 ジャコ・肝油 かいじゅう揚げ	3時 ジャコ・肝油 ミルク えびせん	3時 ジャコ・肝油 みかん	3時 ジャコ・肝油 芋けんぴ
1/22 未満児 バナナ	1/23 未満児 みかん入りヨーグルト	1/24 未満児 クラッカー	1/25 未満児 豆乳 塩せんべい	1/26 未満児 チーズ
ケチャップ煮 (じゃが芋、豚肉、玉ねぎ、人参) ツナサラダ (レタス、きゅうり、人参、ツナ) スープ (キャベツ、ねぎ、ハム) 塩昆布 (203k cal)	かわりきんぴら (牛肉、ごぼう、こんにゃく、人参、竹の子) りんごサラダ (りんご、きゅうり、コーン、チーズ) 味噌汁 (玉ねぎ、ふ、小松菜) ごま塩 (227k cal)	カレーシチュー (豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋) サラダ (みかん缶、バナナ、きゅうり、キャベツ) お浸し (ほうれん草、もやし) レーズン (220k cal)	きのことウインナーの炒め物 (しめじ、ウインナー) おから (おから、あげ、人参、椎茸、ねぎ、鶏肉、竹輪) 味噌汁 (わかめ、玉ねぎ) チェリー 佃煮昆布 (271k cal)	<b>【誕生会】</b> 親子丼 (鶏肉、玉ねぎ、人参、卵、グリーンピース) マカロニサラダ (マカロニ、きゅうり、キャベツ、 りんご、レーズン) 味噌汁 (豆腐、ねぎ、えのき) みかん (480k cal)
3時 ジャコ・肝油 ミルク 胡麻ビスケット	3時 ジャコ・肝油 ぜんざい	3時 ジャコ・肝油 ココア ハッピーターン	3時 ジャコ・肝油 たべっこ動物	3時 ジャコ・肝油 ミルク おにぎりせんべい
1/29 未満児 みかん入りヨーグルト	1/30 未満児 動物ビスケット	1/31 未満児 クラッカー	*誕生会の日のご飯のカロリーが含まれています。	
すき焼き風煮 (牛肉、人参、豆腐、ねぎ、こんにゃく、白菜) さつまいもの甘煮 なら玉スープ (なら、卵、椎茸) チェリー 塩昆布 (228k cal)	きんぴら (ごぼう、しらす) ササミサラダ (鶏肉、レタス、きゅうり、人参) シチュー (豚肉、ブロッコリー、玉ねぎ、人参、じゃが芋) ミニトマト もみのり (214k cal)	筑前煮 (竹輪、鶏肉、人参、こんにゃく、大根、グリーンピース) 胡麻酢あえ (もやし、あげ) 味噌汁 (豆腐、椎茸) チェリー きゅうり 納豆 (208k cal)		
3時 ジャコ・肝油 ミルク クラッカー	3時 ジャコ・肝油 さやえんどう	3時 ジャコ・肝油 フルーツヨーグルト		