

12 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	カや熱のもとになる	体の調子をととのえる			
1	火	肉じゃがのりの佃煮 オレンジ ほうれん草のごま和え なめこ汁	豚肉 とうふ	じゃがいも こんにゃく すりごま	玉ねぎ 人参 グリンピース なめこ ほうれん草 オレンジ のりの佃煮	米飯(月~金) ヨーグルト	牛乳 ビスケット	
2	水	チーズオムレツ みかん かむカムサラダ わかたけ汁	たまご チーズ ベーコン 牛乳 さきいか	ケチャップ	玉ねぎ マッシュルーム 大根 人参 きゅうり もやし みかん わかめ たけのこ	枝豆	カルピス せんべい	
3	木	ししゃもフライ 織キャベツ キウイフルーツ スパゲティサラダ ふりかけ 大根汁	ししゃも たまご ハム 油揚げ	小麦粉 パン粉 ふりかけ スパゲティ コーン マヨネーズ	パセリ キャベツ キウイフルーツ 大根 えのき きゅうり 人参	たまごとうふ	牛乳 くるみ入りホットケーキ	
4	金	ポークカレー 福神漬け りんご 切り昆布炒め 牛乳	豚肉 ツナ缶 牛乳	じゃがいも カレールー 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 昆布 しいたけ 福神漬け りんご	チーズ	風っ子飲料 揚げ菓子	
5	土	山菜うどん ミニゼリー 白菜とじゃこの塩昆布和え 麦茶	鶏肉 ちりめんじゃこ ナルト 油揚げ	干しうどん ゼリー	わらび たけのこ 人参 えのき なめこ しいたけ ねぎ 昆布 白菜		麦茶 米菓子	
6	日							
7	月	マーボー豆腐 ふりかけ オレンジ チンゲン菜のピーナッツ和え 白菜汁	とうふ	マーボー豆腐の素 ピーナッツ ふりかけ	ねぎ チンゲン菜 白菜 もやし 人参 オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク 和菓子	
8	火	クリームシチュー りんご ごぼうサラダ 牛乳	鶏肉 牛乳	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 ごぼう 水菜 りんご	ミニトマト	ジョア せんべい	
9	水	鮭のムニエル キウイフルーツ 炒り豆腐 中華風スープ	鮭 とうふ 鶏肉 豚肉	バター 小麦粉 ごま	人参 しいたけ ねぎ ほうれん草 キウイフルーツ	かぼちゃの甘煮	牛乳 ビスケット	
10	木	一口ボックスサンド 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	人参 きゅうり パナナ	チーズ	パナナコッタ	
11	金	豚肉のすき煮風 のりの佃煮 みかん ナゲット さつまいものみそ汁	豚肉 焼き豆腐	しらたき さつまいも	白菜 えのき 人参 ねぎ みかん のりの佃煮 チンゲン菜 大根 ごぼう	枝豆	牛乳 クッキー	
12	土	ミートソース パナナ チップサラダ 麦茶	豚肉	スパゲティ バター ケチャップ ソース 小麦粉 コーン ごまドレッシング ポテトチップス	玉ねぎ 人参 グリンピース トマト レタス きゅうり パナナ		麦茶 せんべい	
13	日	おゆうぎ会						
14	月	目玉焼き ボイルウインナー オレンジ 春雨サラダ じゅんさい汁	たまご ウインナー とうふ ハム	春雨 ごま 冷やし中華のつゆ	オレンジ 人参 きゅうり ひじき じゅんさい	ヨーグルト	ミロリススキムミルク 米菓子	
15	火	おでん パナナ 中華風たたききゅうり ふりかけ	たまご 油揚げ ちくわ ウインナー 生揚げ	こんにゃく ごま ふりかけ	大根 きゅうり パナナ	ミニトマト	プリン	
16	水	筑前煮 おかか納豆 みかん 大根サラダ なめこのかきたま汁	鶏肉 高野豆腐 納豆 かつおぶし たまご	こんにゃく ごまドレッシング	しいたけ ごぼう たけのこ れんこん 人参 グリンピース みかん 大根 きゅうり なめこ シロ	枝豆	牛乳 せんべい	
17	木	ホイコーロー ふりかけ キウイフルーツ シュウマイ 玉ねぎのみそ汁	豚肉 油揚げ	ふりかけ シュウマイの皮	キャベツ ビーマン たけのこ ねぎ 人参 キウイフルーツ 玉ねぎ 大根	煮豆	牛乳 クッキー	
18	金	ビーンズカレー 福神漬け りんご ひじき煮 牛乳	鶏肉 大豆 牛乳	じゃがいも カレールー 糸こんにゃく	玉ねぎ 人参 ひじき しいたけ りんご 福神漬け	チーズ	ジョア ビスケット	
19	土	焼きそば ミニゼリー もやしのナムル風 麦茶	豚肉	ゆで中華麺 ごま ゼリー	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし 水菜		麦茶 揚げ菓子	
20	日							
21	月	鮭の塩焼き キウイフルーツ 山菜と春雨炒め パンプキンスープ	鮭 牛乳	春雨	しいたけ たけのこ 人参 わらび キウイフルーツ かぼちゃ 玉ねぎ パセリ	ヨーグルト	スキムミルク せんべい	
22	火	鶏の唐揚げ 鮭フレーク オレンジ ブロッコリーサラダ コーンスープ	鶏肉 鮭フレーク 牛乳	唐揚げ粉 クリームコーン缶 ごまドレッシング	ブロッコリー ミントマト 人参 きゅうり オレンジ パセリ 玉ねぎ	さつまいものレモン煮	牛乳 ケーキ	
23	水	ベーコンシチュー りんご 切り干し大根の煮物 牛乳	ベーコン 油揚げ 牛乳	じゃがいも シチュールー ごま	大根 玉ねぎ 人参 りんご グリンピース	チーズ	ヨーグルト	
24	木	ハンバーグ ふりかけ みかん レタスサラダ 大根汁	豚肉	ハンバーグの素 ケチャップ コーン ごまドレッシング ふりかけ	玉ねぎ レタス 水菜 大根 わかめ みかん	たまごとうふ	牛乳 米菓子	
25	金	エビフライ 織キャベツ パナナ ポテトサラダ ごま昆布 たまごスープ	エビ ハム たまご	小麦粉 パン粉 じゃがいも マヨネーズ コーン	キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり ごま昆布 ねぎ パナナ	ミニトマト	プチパフェ	
26	土	ナポリタン チーズ 水菜サラダ 麦茶	ベーコン チーズ 粉チーズ	スパゲティ ケチャップ コーン ごまドレッシング	玉ねぎ 人参 マッシュルーム ビーマン 水菜 レタス		麦茶 米菓子	
27	日							
28	月	肉団子のおんかけ ふりかけ パナナ 小松菜のしらすサラダ わかめ汁	豚肉 しらす干し	ふりかけ じゃがいも	こまつな キャベツ パナナ わかめ	ミニトマト	風っ子飲料 ビスケット	
29	火							
30	水							
31	木							