



# 令和3年1月分献立予定表



堅田保育園  
堅田第二保育園

日	曜日	献立名	朝のおやつ		血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくなるもの	日	曜日	献立名	朝のおやつ		血や肉をつくるもの	力や体温となるもの	体の調子をよくなるもの	
			昼食	昼のおやつ							昼食	昼のおやつ				
4	月	チーズ・お茶	じゃこ	牛乳	チーズ 牛肉 牛乳	米 じゃが芋 油	小麦粉 カレー粉 バター	玉ねぎ 人参 福神漬け ゼリー	18	月	じゃこ・牛乳	じゃこ	牛乳	米 砂糖	こんにゃく 春雨	人参 いんげん ボンカン
		カレーライス	ひじきの混ぜ寿司	鶏肉							ベーコン	ひじき	豆腐			
		牛乳	春雨スープ	油揚げ							ワカメ	ポスカン	ミルクココア			
		ゼリー	お菓子・ミルクココア	お菓子・ミルクココア							ミルクココア					
5	火	ウエハース・お茶	じゃこ	牛乳	ウエハース うどん 油 砂糖	玉ねぎ ねぎ バナナ	人参 ねぎ バナナ	19	火	ウエハース・お茶	ウエハース	中華めん	米 砂糖	こんにゃく 春雨	人参 ねぎ 竹の子	
		肉うどん	五目ラーメン	牛肉						ごま油	バナナ					
		バナナ	バナナ	バナナ												
		蒸しパン・牛乳	パン オ ショコラ・牛乳	牛乳						パン オ ショコラ						
6	水	じゃこ・お茶	じゃこ	豆腐	米 砂糖	油	人参 玉ねぎ たくあん ねぎ リンゴ	20	水	じゃこ・お茶	じゃこ	ワカメ	米 砂糖	こんにゃく ごま	人参 いんげん ねぎ バナナ	
		他人丼	ワカメご飯	鮭						味噌	鮭の塩焼き	ワカメ				
		豆腐と油揚げとワカメの味噌汁	豚肉と野菜のごま味噌煮	豚肉						味噌	バナナ	味噌				
		リンゴ	お菓子・ミルクココア	お菓子・ミルクココア						牛乳						
7	木	チーズ・お茶	チーズ	牛乳	ロールパン パン粉 小麦粉 油 ケーキ	フライドポテト マヨネーズ	キャベツ ケチャップ パイン缶	21	木	チーズ・お茶	チーズ	牛乳	ロールパン 油 バター	フライドポテト マヨネーズ	きゅうり パイン缶	
		フィッシュバーガー	ロールサンド	ウインナー						卵						
		フライドポテト	フライドポテト	卵												
		牛乳	牛乳	パイン缶												
8	金	じゃこ・お茶	じゃこ	豆腐	米 砂糖	油 ごま油	人参 もやし ねぎ ほうれん草 土生姜 ポスカン	22	金	じゃこ・お茶	じゃこ	卵	米 パン粉	こんにゃく	玉ねぎ ねぎ かぼちゃ 人参 白菜 ゼリー	
		ピビンバ	ゆかりご飯	鶏ミンチ							豚ミンチ					
		豆腐のスープ	肉団子汁	かぼちゃの甘煮						ゼリー						
		ポスカン	お菓子・ジョアブレーション	お菓子・ジョアブレーション						ジョアブレーション						
11	月	成人の日						25	月	じゃこ・牛乳	じゃこ	牛乳	米 油	こんにゃく	人参 竹の子 たくあん 土生姜 大根 ねぎ リンゴ	
		炊き込みご飯	シーチキン缶	豆腐	味噌	豚肉	油揚げ									
		豚汁	リンゴ	焼き竹輪	油揚げ											
		お菓子・ミルクココア	お菓子・ミルクココア	ミルクココア												
12	火	ウエハース・お茶	ウエハース	スパゲティ	ウエハース じゃが芋 油 小麦粉 バター	じゃが芋 小麦粉	玉ねぎ 人参 コーン缶 バナナ	26	火	ウエハース・お茶	ウエハース	千代巻	ウエハース うどん 砂糖	油	人参 ねぎ 干し椎茸 バナナ	
		クリームスパゲティ	かやくうどん	鶏肉						焼き竹輪						
		チーズ	バナナ	油揚げ						卵						
		おにぎり(鮭)・お茶	コーンチーストースト・野菜ジュース	コーンチーストースト						野菜ジュース						
13	水	じゃこ・牛乳	じゃこ	牛乳	米 油	片栗粉	玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ 干し椎茸 土生姜 竹の子 コーン缶 ポスカン	27	水	じゃこ・お茶	じゃこ	豆腐	米 バター	カレー粉 砂糖	人参 ピーマン たくあん ねぎ ポスカン	
		中華丼	炒り卵のドライカレー	豚ミンチ						ワカメ						
		ワカメスープ	豆腐とワカメのスープ	卵												
		ポスカン	おやつ小魚・牛乳	おやつ小魚						牛乳						
14	木	チーズ・お茶	チーズ		クロワッサン 小麦粉 油	片栗粉 マカロニ マヨネーズ	きゅうり 人参 土生姜 ゼリー	28	木	チーズ・お茶	チーズ	ベーコン	食パン 砂糖	マヨネーズ	きゅうり みかん缶 桃缶 ゼリー	
		クロワッサン	サンドイッチ(卵・フルーツ)	卵												
		牛乳	オニオンペースト	生クリーム												
		鶏の唐揚げ(カレー味)	ゼリー													
15	金	じゃこ・お茶	じゃこ		米 油	バター	人参 玉ねぎ たくあん ピーマン コーン缶 キャベツ リンゴ	29	金	じゃこ・お茶	じゃこ	油揚げ	米 砂糖	ごま マヨネーズ	ブロッコリー 人参 コーン缶 えのき ポスカン	
		コーンピラフ	ご飯	鶏肉						ワカメ						
		野菜スープ	ブロッコリーサラダ	味噌												
		リンゴ	えのきと油揚げとワカメの味噌汁													
ウエハース・牛乳	お菓子・ジョアストロベリー	ジョアストロベリー														

\* 乳児に関しては、とりわけ離乳食を提供しています。とりわけ離乳食とは、幼児食から調理前にとりわけ、味は薄めで、小さくやわらかめに水分やとろみづけをし、食べやすくした食事です。  
 \* アトピー・食物アレルギー等の園児には、除去食を提供しています。  
 \* 都合により、献立が変わる場合があります。  
 \* 朝のおやつは、3歳未満児のみです。じゃこについては、3歳以上児は給食時に提供しています。

