



令和2年1月 学校給食予定献立表（幼稚園）

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆：よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
10	金	★行事食【正月】★ ごはん ぎゅうにゅう ◆くろまめのごもくに こうはくなます くそうに みかん	ごはん さとう ごま もち	ぎゅうにゅう くろまめ ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ	にんじん ごぼう さやいんげん かぶ きんときにんじん れんこん はくさい だいこん ほししいだけ ねぎ みかん こんにゃく みずな	470
						16.5
14	火	パン ぎゅうにゅう ハムステーキ ゆでやさしいサラダ（ドレッシング） コーンポタージュ	パン じゃがいも あぶら こめこ	ぎゅうにゅう ハム とりにく	ブロッコリー キャベツ だいこん コーン たまねぎ にんじん パセリ	485
						18.7
15	水	ふゆやさしいカレー ぎゅうにゅう ウインナーのソテー ◆いとかんでんサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく チキンハム かんでん ミニウインナー	かぶ カリフラワー たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが あおピーマン しめじ キャベツ もやし コーン あかピーマン	478
						17.9
16	木	パン ぎゅうにゅう いちごジャム さけのマスタードやき ほうれんそうとコーンのソテー キャベツのスープに	パン マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう さけ ポークハム ベーコン	ほうれんそう コーン チンゲンサイ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ さやいんげん	445
						22.8
17	金	ごはん ぎゅうにゅう つくねのおろしに はくさいのおひたし かすじる	ごはん さとう さともいも さけかす	ぎゅうにゅう かつおぶし ぶたにく ちくわ しろみそ あぶらあげ とりにく	だいこん なめこ ねぎ はくさい ほうれんそう にんじん かぶ こんにゃく れんこん ごぼう	435
						16.2
20	月	こくとうパン ぎゅうにゅう ◆わかさぎのからあげ ◆れんこんのマヨネーズあえ はくさいとベーコンのスープ	くろざとう パン でんぷん ごま マヨネーズ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう わかさぎ チキンハム ベーコン	しょうが れんこん キャベツ にんじん はくさい たまねぎ チンゲンサイ なましいだけ	442
						17.2
21	火	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ ◆きりほしだいこんとベーコンのソテー クリームシチュー	パン さとう あぶら じゃがいも こめこ バター	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン とりにく	きりほしだいこん こまつな にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ さやいんげん	489
						22.3
22	水	ごはん ぎゅうにゅう さともいものみそマヨネーズやき ◆きんぴらごぼう すましじる	ごはん さともいも あぶら マヨネーズ さとう ごま ごまあぶら ふ	ぎゅうにゅう とりにく みそ とうふ かまぼこ わかめ さつまあげ	こんにゃく あかピーマン パセリ ごぼう さやいんげん にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ	452
						16.4
23	木	★学校給食で世界旅行【フランス】★ パン ぎゅうにゅう ◆いかのエスカベッシュ マゼドアンサラダ ポトフ	パン でんぷん あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう いか とりにく ポークウインナー チキンハム	たまねぎ あかピーマン パセリ きゅうり かぶ にんじん キャベツ しめじ	470
						21.1
24	金	★学校給食で世界旅行【日本】★ ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに こまつなのツナあえ むさしじる	ごはん さとう でんぷん ごま そうめんばち さともいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく みそ ツナ	さやいんげん こまつな はくさい にんじん だいこん ごぼう ねぎ	452
						17.4
27	月	★学校給食で世界旅行【メキシコ】★ ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのサルサ かぼちゃのとまめのサラダ（ドレッシング） カルド・デ・ポジョ	ごはん でんぷん あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ ポークハム とりにく いんげんまめ	トマト たまねぎ にんにく レモン かぼちゃ きゅうり にんじん パセリ キャベツ	480
						19.2
28	火	★学校給食で世界旅行【スペイン】★ パン ぎゅうにゅう チリンドロン キャベツのサラダ ソパ・デ・アホ	パン あぶら マヨネーズ オリーブあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ひよこめめ ベーコン たまご ツナ	たまねぎ にんにく トマト キャベツ にんじん コーン マッシュルーム パセリ あおピーマン	464
						21.0
29	水	★学校給食で世界旅行【日本】★ ごはん ぎゅうにゅう さばのしょうがに はくさいとほうれんそうのごまあえ とうふとだいこんのみそしる	ごはん さとう ごま	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ みそ	しょうが はくさい ほうれんそう だいこん たまねぎ にんじん こまつな ねぎ	445
						20.1
30	木	★学校給食で世界旅行【イタリア】★ パスタのポロネーゼ ぎゅうにゅう とりにくのバルサミコソース パーニャカウダふう	さとう オリーブあぶら ペンネ あぶら バター	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく アンチョビ	カリフラワー だいこん ブロッコリー あかピーマン にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん トマト	416
						20.3
31	金	ごはん ぎゅうにゅう ◆ちくぜんに ◆たくあんのおかかあえ ぶたじる だいだいのムース	ごはん あぶら さともいも さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく あつあげ ちくわ かつおぶし ムース（にゅう）	たまねぎ もやし にんじん なましいだけ ねぎ こんにゃく ごぼう れんこん さやいんげん たくあん ほうれんそう だいだい	488
						18.7

じもとやさしい た 寒くなり地元冬野菜がふんだんに収穫されています。給食では、今季節の大切な栄養たっぷりの地元野菜を積極的に取り入れています。全国学校給食週間を中心に使っているので特に生産者の方々に感謝していただきます。