



のこんだて



2021年度

蛸貝保育園

日	曜日	行事	献立名	主な材料	おやつ
1	土		五味味噌ラーメン ゆで玉子 わかめサラダ フルーツゼリー	中華麺 豚肉 もやし キャベツ 人参 きくらげ 卵 レタス きゅうり わかめ	バナナ お菓子
3	月	憲法記念日			
4	火	みどりの日			
5	水	こどもの日			
6	木	身体測定	カレー 福神漬け チーズ ミモザサラダ お茶 バナナ	豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも チーズ マカロニ きゅうり ロースハム 卵	牛乳 ホットケーキ
7	金		チキンごぼう キウイ ちくわサラダ わかめとしめじのスープ	鶏肉 ごぼう 人参 枝豆(冷) キャベツ ちくわ きゅうり わかめ しめじ 卵	牛乳 お菓子
8	土		カレーうどん ゆで玉子 もやしの中華サラダ フルーツゼリー	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ しめじ 長ねぎ 卵 もやし きゅうり ロースハム	バナナ お菓子
10	月		さばの味噌煮添大根 オレンジ すき昆布の炒め煮 みそ汁(豆腐・えのき・ねぎ)	さばの味噌煮(冷) 大根 すき昆布 人参 豚肉 糸こんにゃく 干しいたけ 豆腐 えのき 万能ねぎ	ソフィール お菓子
11	火		麻婆春雨 ブロッコリー チーズ フルーツゼリー ねぎ入り厚焼き玉子 オニオンスープ	春雨 豚ひき肉 人参 白菜 きくらげ チーズ ブロッコリー 卵 長ねぎ 玉ねぎ ベーコン	牛乳 お菓子
12	水		肉豆腐 納豆 ほうれん草のツナ和え みそ汁(キャベツ・人参・油揚げ) バナナ	豚肉 木綿豆腐 白菜 人参 糸こんにゃく 長ねぎ 干しいたけ ほうれん草 ツナ 白ごま キャベツ 油揚げ	お茶 お菓子
13	木	総合 避難訓練	ハヤシライス 福神漬け チーズ ソーセージと野菜の炒め物 牛乳 バナナ	豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも チーズ ソーセージ キャベツ 卵	ミルージュ カステラサンド
14	金		エビフライ添野菜 ミニトマト 果実缶 かぼちゃとチーズのサラダ いわしのつみれ汁	エビフライ(冷) キャベツ ミニトマト かぼちゃ(冷) きゅうり チーズ つみれ(冷) 大根 人参 長ねぎ ごぼう	牛乳 お菓子
15	土	保護者会 役員会	ミートソーススパゲティ フルーツゼリー 玉子サラダ わかめスープ	スパゲティ 豚ひき肉 玉ねぎ オレガノ レタス きゅうり ロースハム 卵 わかめ 白ごま	バナナ お菓子
17	月		鮭の塩焼き 大根おろし キウイ ひじきの炒め煮 みそ汁(豆腐・なめこ・ねぎ)	鮭の塩焼き(冷) 大根 ひじき 人参 豚肉 糸こんにゃく 干しいたけ 枝豆(冷) 豆腐 なめこ 万能ねぎ	牛乳 お菓子
18	火		ベーコンエッグ添野菜 ミニトマト チーズ 豚肉と春雨の甘辛炒め きのこスープ オレンジ	ベーコン 卵 キャベツ ミニトマト チーズ 豚肉 春雨 人参 たら 玉ねぎ しめじ えのき	ジョア お菓子
19	水		タンドリーチキン ブロッコリー トマト フルーツゼリー もやしとほうれん草のナムル みそ汁(じゃがいも・わかめ)	鶏肉 カレー粉 ヨーグルト ブロッコリー トマト もやし ほうれん草 人参 きゅうり 白ごま じゃがいも わかめ	お茶 お菓子
20	木	誕生会	サンドイッチ(ツナ・ハム野菜・チョコ) ブロッコリー ーロカツ ミニトマト ポトフスープ ゼリー	食パン ツナ チョコクリーム ロースハム レタス きゅうり ブロッコリー ーロカツ(冷) ミニトマト 人参 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ ウィンナー	ヤクルト いちごクレープ
21	金	社会見学	ちくわ納豆磯辺揚げ添野菜 春雨サラダ 五目かきたま汁 キウイ	ちくわ 納豆 青のり てんぷら粉 キャベツ 春雨 きゅうり ロースハム 卵 人参 豆腐 わかめ 干しいたけ	牛乳 お菓子
22	土		チャーシューラーメン ゆで玉子 もやしときゅうりの塩昆布和え フルーツゼリー	中華麺 焼き豚 味付けメンマ なんと 卵 万能ねぎ もやし きゅうり 塩昆布	バナナ お菓子
24	月	田植え	いわしの梅煮添大根 オレンジ 炒り豆腐 みそ汁(白菜・人参・油揚げ)	いわしの梅煮(冷) 大根 卵 豆腐 ちくわ 豚ひき肉 人参 干しいたけ 笹がきごぼう 白菜 油揚げ	お茶 お菓子
25	火		親子煮 チーズ フルーツゼリー 小松菜の塩昆布和え えのきスープ	卵 鶏肉 玉ねぎ しめじ 人参 なんと グリンピース チーズ 小松菜 もやし 塩昆布 えのき ベーコン	牛乳 お菓子
26	水		豚肉の厚揚げ巻き ブロッコリー ミニトマト 果実缶 白菜のツナサラダ みそ汁(もずく・豆腐・ねぎ)	豚肉 生揚げ ブロッコリー ミニトマト 白菜 きゅうり ツナ もずく 豆腐 万能ねぎ	リンゴジュース お菓子
27	木	田植え(予)	アスパラシチュー チーズ 和風マカロニサラダ お茶 バナナ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも アスパラ チーズ マカロニ きゅうり ロースハム ツナ かつおぶし	牛乳 たこ焼き
28	金		イカフライ ブロッコリー トマト キウイ 大根とわかめのサラダ キャベツスープ	イカフライ(冷) ブロッコリー トマト 大根 わかめ ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン	飲むヨーグルト お菓子
29	土		きつねうどん ゆで玉子 カニサラダ フルーツゼリー	うどん 味付け油揚げ かまぼこ 揚げ玉 たまご 万能ねぎ レタス きゅうり カニフレーク	バナナ お菓子
31	月		ほっけの塩焼き 大根おろし ほうれん草のごまマヨ和え みそ汁(なめこ・豆腐・わかめ)バナナ	ほっけの塩焼き(冷) 大根 ほうれん草 人参 白ごま ツナ なめこ 豆腐 わかめ	野菜ジュース お菓子



【給食室から】 ※都合により、メニューが変更になる場合があります。

新年度が始まり、あっという間に1か月が過ぎました。少しずつ環境に慣れ、子どもたちの笑顔も増えたように思います。♪

気温の変化で体調を崩しやすくなるので、バランスの取れた食事を心がけましょう！



