



2021年度

のこんだて

大野保育園

日	曜日	行事	献立名	主な材料	おやつ
1	火		中華オムレツ ブロッコリー チーズ 果実缶 春雨の中華サラダ えのきスープ	たまご 豚ひき肉 なら たけのこ 人参 チーズ ブロッコリー 春雨 きゅうり ロースハム 木耳 えのき 玉ねぎ ベーコン	お茶 お菓子
2	水		十和田バラ焼き みかん 大根とわかめのサラダ みそ汁(白菜・人参・油揚げ)	味付け豚肉 玉ねぎ 焼き肉のたれ 大根 ツナ わかめ ポン酢 白菜 人参 油揚げ	牛乳 お菓子
3	木	節分集会 お誕生会	鬼面ランチ 串カツ ブロッコリー 人参グラッセ 野菜スープ アセロラゼリー	白米 スクランブルエッグ(冷) ちくわ 海苔 グリンピース(冷) 豚串カツ(冷) ブロッコリー 人参 玉ねぎ キャベツ ベーコン	プリンアラモード
4	金		とり天 添え野菜 パナナ もやしともずくのナムル みそ汁(しめじ・わかめ・油揚げ)	鶏肉 生姜 天ぷら粉 キャベツ もやし もずく きゅうり 人参 しめじ わかめ 油揚げ	ジョア お菓子
5	土		カレーうどん ゆでたまご カニサラダ フルーツゼリー	うどん 豚肉 玉ねぎ 長ねぎ 人参 しめじ たまご レタス きゅうり カニフレーク	バナナ お菓子
7	月		さばの照焼き 大根おろし みかん 炒り豆腐 みそ汁(もずく・ねぎ)	さばの照焼き(冷) 大根 豆腐 たまご ちくわ 人参 干しいたけ ごぼう 豚ひき肉 もずく 万能ねぎ	牛乳 お菓子
8	火		麻婆豆腐 チーズ フルーツゼリー しらす入り厚焼き玉子 キャベツスープ	豆腐 豚肉 長ねぎ 生姜 万能ねぎ 甜麺醬 チーズ たまご しらす キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン	フルーツジュース お菓子
9	水		照焼きチキン ブロッコリー 果実缶 マカロニサラダ みそ汁(じゃがいも・わかめ)	照焼きチキン(冷) ブロッコリー マカロニ きゅうり ロースハム じゃがいも わかめ	お茶 お菓子
10	木		ハヤシライス 福神漬け チーズ ちくわサラダ 牛乳 パナナ	豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも チーズ キャベツ ちくわ きゅうり	ヤクルト シリアルパンケーキ
12	土		ワンタン麺 ゆでたまご もやしの青じそサラダ フルーツゼリー	生中華麺 ワンタン(冷) 味付けメンマ 長ねぎ なると たまご もやし きゅうり ロースハム	バナナ お菓子
14	月		いわしの梅煮 添え大根 果実缶 ひじきの炒め煮 みそ汁(たまご・豆腐・ねぎ)	いわしの梅煮(冷) 大根 ひじき 人参 豚肉 干しいたけ 糸こんにゃく 枝豆(冷) たまご 豆腐 万能ねぎ	お茶 お菓子
15	火		三色そばろ丼 チーズ りんご 春雨サラダ きのことスープ	たまご 鶏ひき肉 ほうれん草 生姜 チーズ 春雨 きゅうり ロースハム しめじ えのき 玉ねぎ 人参 ベーコン	牛乳 お菓子
16	水		タンドリーチキン ブロッコリー フルーツゼリー ほうれん草のごまマヨ和え みそ汁(大根・人参・油揚げ)	鶏肉 カレー粉 ヨーグルト ブロッコリー 人参 ほうれん草 白ごま ツナ 大根 油揚げ	ソファール お菓子
17	木	避難訓練	クリームシチュー チーズ 豚肉と春雨の甘辛炒め お茶 パナナ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも チーズ 豚肉 なら 春雨	牛乳 イギリストースト
18	金		はんぺんツナマヨフライ ブロッコリー 小松菜の塩昆布和え 豚汁 みかん	はんぺんツナマヨフライ(冷) ブロッコリー 小松菜 もやし 塩こんぶ 豚肉 大根 人参 ごぼう 糸こんにゃく しいたけ 長ねぎ	お茶 お菓子
19	土		ほうれん草のクリームスパゲティ 豆腐サラダ たまごスープ フルーツゼリー	スパゲティ ほうれん草 ベーコン 玉ねぎ しめじ 牛乳 レタス きゅうり ロースハム 豆腐 たまご わかめ	バナナ お菓子
21	月		赤魚の煮付け 添え野菜 りんご すき昆布の炒め煮 みそ汁(なめこ・大根)	赤魚(冷) 生姜 ほうれん草 すき昆布 人参 豚肉 糸こんにゃく 干しいたけ なめこ 大根	飲むヨーグルト お菓子
22	火		かに玉あかけ チーズ 果実缶 豚肉と春雨のねぎ塩炒め もずくと豆腐のスープ	たまご カニフレーク 長ねぎ 干しいたけ グリンピース チーズ 豚肉 春雨 木耳 キャベツ 人参 もずく 豆腐 万能ねぎ	お茶 お菓子
24	木		エッグカレー 福神漬け チーズ 白菜のツナサラダ 牛乳 パナナ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも たまご チーズ 白菜 きゅうり ツナ	リンゴジュース かぼちゃケーキ
25	金		ハムチーズフライ 添え野菜 みかん ほうれん草ともやしのナムル 大根スープ	角ハム チーズ たまご パン粉 キャベツ ほうれん草 もやし 白ごま 大根 人参 玉ねぎ ベーコン 万能ねぎ	牛乳 お菓子
26	土		きつねうどん ゆでたまご もやしの塩昆布和え フルーツゼリー	うどん 味付け油揚げ かまぼこ 万能ねぎ たまご もやし きゅうり 塩こんぶ	バナナ お菓子
28	月		鮭の塩焼き 大根おろし 果実缶 ほうれん草のごま和え みそ汁(キャベツ・人参・油揚げ)	鮭の塩焼き(冷) 大根 ほうれん草 白ごま キャベツ 人参 油揚げ	元気ヨーグルト 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。

まだまだ厳しい寒さは続きますが、4日に立春を迎え、暦の上では春となります。

立春には、立春生菓子、立春大吉豆腐などが食べられます。

立春生菓子は、立春の朝に作ってその日のうちに食べる生菓子のことで、桜餅やうぐいす餅が食べられ、立春大吉豆腐は、豆腐に体を清める力があるとされていることから食べられています。また、前日の節分に豆腐を食べると罪穢れが祓われ、翌日の立春にも豆腐を食べると清められた体に幸せがやってくるといわれています。

これから訪れる新しい春を祝い、伝統的な立春の食事を楽しんでみてください♪

