

1月8日改訂版 ※21日と24日の給食と弁当日の変更【1・2号認定】2024年度 1月 給食献立表

認定こども園 東海大学付属自由ヶ丘幼稚園

| 日 | 曜日 | 献立名 | 材 料 | | | | 加 | | |
|---------------------------------------|----|------------------------|--|---|---|--|---|----------|-----|
| | | | 主食 | おかず | 血や肉をつくる | 熱や力になる | | 体の調子を整える | 調味料 |
| 6 | 月 | 炒飯 2号のみ | 白身魚フライ ほうれん草の海苔和え ジュース | ソーセージ、卵 白身魚フライ きざみのり | ごはん、なたね油 なたね油 すり胡麻、砂糖、ごま油 野菜生活 | ミックスパスタ、玉ネギ、パセリ ほうれん草、人参 | 塩コショウ、中華だし 薄口醤油 | 361 | |
| 7 | 火 | ごはん 2号のみ | チンジャオロース マカロニサラダ 大学芋 なすの味噌汁 | 牛肉 ロースハム わかめ、味噌 | ごはん 砂糖、なたね油、片栗粉 マカロニ、マヨネーズ 大学芋 | 玉ねぎ、ミックスパスタ、たけのこ、生姜 きゅうり、人参 | 塩コショウ、濃口醤油、オリーブオイル 塩コショウ いりこ、だしの素 | 376 | |
| 8 | 水 | 《始業式》 ごはん 2号のみ | 鯖の照り焼き 卵焼き 白菜のおかか和え さつまいもの味噌汁 | サバ照焼 厚焼き卵 かつおぶし 油揚げ、味噌 | ごはん 砂糖 さつまいも | 人参、ブロッコリー 白菜、人参 人参、玉ネギ | 濃口醤油 いりこ、だしの素 | 379 | |
| 9 | 木 | カレーライス | ししゃもの天ぷら りんご | 豚肉 ししゃもの天ぷら | ごはん、じゃがいも、なたね油 なたね油 | 玉ネギ、人参 カットりんご | カレーフレーク | 417 | |
| 10 | 金 | わかめごはん | 豚汁 ゼリー（いちご&ミルク） | 豚肉、豆腐、味噌 | ごはん なたね油、こんにゃく 紅白ゼリー | 人参、大根、ごぼう、ネギ | わかめごはんの素 だしの素 | 251 | |
| 【餅つき】 お餅つきのお餅を食べます。（砂糖醤油・きな粉をつけて食べます） | | | | | | | | | |
| 11 | 土 | ごはん 2号のみ | 鮭の南蛮漬け 高野豆腐の含め煮 チンゲン菜の炒り卵 きのこの味噌汁 | 鮭 高野豆腐 卵、ベーコン 味噌 | ごはん 小麦粉、なたね油、砂糖 砂糖 なたね油 | 玉ネギ、人参、ミックスピーマン チンゲン菜、もやし しめじ、えのき、玉ねぎ、チゲソース | 酒、濃口醤油、酢 濃口醤油、みりん、だしの素 中華だし、塩コショウ いりこ、だしの素 | 396 | |
| 14 | 火 | り ごはん | デミハンバーグ アスパラの和え物 ソーセージ ミネストローネ | やわらかハンバーグ | ごはん なたね油 胡麻、砂糖 なたね油 じゃがいも、なたね油、砂糖 | ブロッコリー アスパラ、人参 玉ネギ、人参、にんにく、トマト、ホール缶 | デミグラスソース 薄口醤油、酒 コンソメ、塩コショウ | 375 | |
| 15 | 水 | そばろ丼 | いわしの梅煮 ほうれん草の味噌汁 | いわしの梅煮 豆腐、味噌 | ごはん、なたね油、砂糖 | ネギ、生姜 ほうれん草、玉ネギ、人参、ネギ | みりん、酒、濃口醤油 いりこ、だしの素 | 427 | |
| 16 | 木 | り ごはん | 焼肉風炒め チキンナゲット 切干大根のサラダ とうもろこしの味噌汁 | 牛肉 チキンナゲット 豆腐、油揚げ、味噌 | ごはん なたね油 なたね油 マヨネーズ、すり胡麻 | 玉ねぎ、人参、ミックスパスタ、キャベツ 切干大根、胡瓜、人参 コーン、玉ネギ、人参、ネギ | 焼肉のたれ 濃口醤油、だしの素 いりこ、だしの素 | 379 | |
| 17 | 金 | パン | コロッケ 人参しりしり 桃缶 牛乳 | 昔のコロッケ ツナ、卵 牛乳 | 食パン なたね油 コーン、なたね油、砂糖 | ブロッコリー 人参、ネギ 桃缶 | 塩 塩、酒、薄口醤油 | 423 | |
| 18 | 土 | ごはん 2号のみ | ホイコーロー ミートボール 小松菜のゆかり和え かきたま汁 | 豚肉 つくね 卵 | ごはん 砂糖、なたね油、片栗粉 砂糖、なたね油 | キャベツ、ミックスパスタ、人参、玉ねぎ 小松菜、人参 玉ネギ、人参、ネギ | 酒、濃口醤油、トマトソース、塩コショウ 塩コショウ、ケチャップ、ウスターソース ゆかり、薄口醤油 塩コショウ、濃口醤油、だしの素 | 422 | |
| 20 | 月 | ひじきごはん | 鮭のチーズフライ 豆乳スープ | ひじき、油揚げ、鶏肉 鮭のチーズフライ 豆乳、ソーセージ | ごはん、なたね油、こんにゃく、砂糖 なたね油 | 枝豆、人参 キャベツ、人参、玉ネギ、ほうれん草 | 塩、酒、薄口醤油 コンソメ、塩コショウ | 365 | |
| 【誕生会】 『クッキーガーデン』さんのクッキーを食べます。 | | | | | | | | | |
| 21 | 火 | り カレーライス | ツナときゅうりのナムル ゼリー | 豚肉 ツナ | ごはん、じゃがいも、なたね油 砂糖、ごま油、胡麻 ブルーベリーゼリー | 玉ネギ、人参 胡瓜、人参、もやし | カレーフレーク 濃口醤油、塩、中華だし | 402 | |
| 22 | 水 | 《滋賀県郷土料理》 すき焼き風丼 | じゅんじゅん（すき焼き煮） 京風卵焼き なます | 牛肉、豆腐 京風卵焼き | ごはん なたね油、砂糖、しらたき 砂糖、胡麻 | 白菜、たまねぎ、しめじ、人参 大根、人参 | 酒、濃口醤油、みりん 塩、酢 | 374 | |
| 23 | 木 | り ごはん | 赤魚の西京焼き 甘酢あん肉団子 ほうれん草の和風サラダ 春雨入りスープ | 赤魚の西京焼き つくね わかめ、かつおぶし 豚肉 | ごはん なたね油 ごま油、すり胡麻 春雨、なたね油、ごま油 | 人参、ブロッコリー ほうれん草、人参 人参、玉ネギ、白菜、生姜、ネギ | 甘酢あん 濃口醤油、みりん、酒 中華だし、塩コショウ、薄口醤油 | 383 | |
| 24 | 金 | 【弁当日】 ※お弁当の準備をお願いします。 | | | | | | | |
| 25 | 土 | ごはん 2号のみ | 鮭のパン粉焼き さつま芋のレモン煮 大根のサラダ おくらの味噌汁 | 鮭 ロースハム 豆腐、わかめ、味噌 | ごはん パン粉、なたね油 さつまいも、砂糖 | アスパラ レモン 大根、胡瓜、人参 おくら、玉ネギ、人参 | 酒、塩コショウ 塩 塩、ごまドレッシング いりこ、だしの素 | 375 | |
| 27 | 月 | ごはん | 照り焼きチキン マカロニナポリタン 小松菜のソテー コーンスープ | 照り焼きチキン ソーセージ ベーコン 牛乳 | ごはん マカロニ、砂糖 なたね油 コーンスープ | ブロッコリー パセリ 小松菜 パセリ | 塩コショウ、ケチャップ、ウスターソース 塩コショウ、濃口醤油 | 357 | |
| 28 | 火 | り マーボー丼 | 千草和え カップヨーグルト | 鶏ひき肉、豆腐 油揚げ、ちりめんじゃこ らくのうまザーズヨーグルト | ごはん、なたね油、ごま油、砂糖、片栗粉 砂糖 | 玉ネギ、人参、椎茸 キャベツ、人参 | 濃口醤油、塩、酒、ウスターソース、トマトソース 塩、酢、濃口醤油 | 396 | |
| 29 | 水 | 【弁当日】 ※お弁当の準備をお願いします。 | | | | | | | |
| 30 | 木 | り 《全国学校給食週間》 ごはん | 鯨メンチカツ たくあん だぶ汁 ゼリー | 鯨メンチカツ 鶏肉、厚揚げ | ごはん なたね油 里芋、片栗粉 オレンジゼリー | 千切りたくあん 椎茸、人参、ごぼう、こんにゃく、三つ葉、生姜 | 薄口醤油、みりん、だしの素 | 360 | |
| 31 | 金 | なっとく丼 | 具だくさんの卵焼き 白菜の味噌汁 | 鶏ミンチ、ひきわり納豆 具だくさんの卵焼き ベーコン、味噌 | ごはん、なたね油、砂糖 | ネギ 白菜、玉ネギ、人参、ネギ | 濃口醤油 いりこ、だしの素 | 410 | |

※流通や物流の不具合などで材料等が滞って、献立の一部もしくは献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。