

令和2年2月 新富のぞみ保育園給間食こんだて

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき			
		赤 群	黄 群	緑 群	
		体をつくるもとになる	エネルギーのもとになる	体の調子をととのえる	
給 食	1日、16日	○△中華飯 ○切干大根のマヨあえ、果物	豚肉、ツナ缶	油、片栗粉、ごま油 マヨネーズ、さとう	白菜、人参、玉ねぎ、ねぎ 切干大根、きゅうり、果物
	2日、17日	△かぶのクリームシチュー、パン ブロッコリーのサラダ、果物(2日)	豚肉、スキムミルク	油、上新粉、さとう じゃが芋、パン	人参、玉ねぎ、かぶ、パセリ ブロッコリー、コーン缶、果物(2日)
	3日	△ポークビーンズ ○ソテー	大豆水煮、豚肉 ツナ缶	じゃが芋、油	人参、玉ねぎ、しめじ、ピーマン なばな
	4日、18日	○しのだうどん、チーズ	油揚、焼かまぼこ チーズ	干めん	ほうれん草
	6日、20日	○豆腐なべ ○れんこん金平	豆腐、鶏肉	油、さとう	人参、白菜、しいたけ、小松菜 れんこん
	7日	○煮魚、みそ汁 ○じゃが芋の炒め煮	白身魚、わかめ、豆腐 白みそ	さとう、じゃが芋、油	しょうが、玉ねぎ、人参 さやいんげん
	8日、22日	○大根とつくねの煮物 ○かき玉汁	鶏挽肉、卵	片栗粉	しょうが、大根、人参、ねぎ みつば、玉ねぎ
	9日	みそおでん ○ひじきの中華あえ	生揚、はんぺん、赤みそ ひじき	里芋、さとう、ごま油、すりごま	こんにゃく、大根 にんじん、きゅうり
	10日、24日	○豚肉のしょうが炒め みそ汁	豚肉、油揚、わかめ みそ	油	しょうが、玉ねぎ、人参、キャベツ あさつき
	13日、27日	△マカロニ入りトマトスープ ○きゅうりのあえもの、果物	豚肉、しらす干し	マカロニ、じゃが芋、油	玉ねぎ、人参、(冷)グリーンピース きゅうり、果物
	14日、28日	○わかさぎのから揚げ ○いそあえ、スープ、パイン	わかさぎ、刻みのり	片栗粉、油	キャベツ、人参、もやし、玉ねぎ あさつき、えのき茸、パイン缶
	15日	△ハンバーグ ○ポテトサラダ、みそ汁	豚挽肉、豆腐、赤みそ	片栗粉、油、マヨネーズ じゃが芋、(冷)ハンバーグ(4.5才児)	玉ねぎ、人参、きゅうり もやし、ねぎ
	25日	○カレーうどん	豚肉、油揚	干めん、油、上新粉	玉ねぎ、人参、ねぎ
	誕生会21日	△メキシカンライス △スープ、サラダ、果物	鶏肉、大豆水煮、ハム	油、マカロニ、マヨネーズ	にんにく、玉ねぎ、人参、トマト、エリンギ、きゅうり ピーマン、チンゲン菜、えのき茸、あさつき、果物
間 食	1日	●ポテトのチーズ焼	粉チーズ	じゃが芋 片栗粉 バター	パセリ
	2日、17日	●梅おかかごはん	花かつお	米	梅干 小松菜
	3日	●恵方巻き	焼きのり(刻みのり) 魚肉ソーセージ	米	きゅうり
	6日、20日	鬼まんじゅう		さつま芋 小麦粉 さとう	
	7日	果物 菓子		菓子	果物
	8日、22日	おはぎ		米 もち米 さとう	きな粉
	9日、28日	いちごジャムサンド		サンドイッチ用食パン いちごジャム	
	10日、24日	豆乳きな粉蒸しパン	無調整豆乳 きな粉	小麦粉 さとう	
	13日、27日	●甘辛団子		上新粉 白玉粉 さとう	
	14日	ココアケーキ	無調整豆乳	ホットケーキミックス 小麦粉 さとう 油	
	15日	ぶどうゼリー チーズ	チーズ	さとう	100%ぶどうジュース
	16日	菓子		菓子	
	誕生会21日	カステラケーキ	豆乳生クリーム	カステラ さとう	みかん缶 パイン缶

※ こんだては多少変更する場合があります。

※ 太字は主菜に含まれる食品です。