

令和5年1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	4日、18日	△ツナピラフ ○春雨あえ、果物(18日)	ツナ缶、乾燥わかめ	油、春雨、さとう	玉ねぎ、人参、コーン缶 みかん缶(4日)、果物(18日)
	5日、19日	さつまい ○白菜のごまあえ	豚肉、赤みそ	さつまい、すりごま	こんにゃく、人参、大根、ねぎ 白菜
	6日、20日	○△チキンとマカロニのソテー △スープ、果物、パン	鶏肉、豆腐	マカロニ、油、パン	玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、あさつき、果物
	7日、21日	○煮込みうどん	鶏肉、油揚	干めん	人参、ねぎ
	10日	○△豆腐のカレー煮 ○南瓜煮付	豆腐、豚挽肉	油、さとう、片栗粉	玉ねぎ、人参、チンゲン菜 しょうが、南瓜
	11日、25日	○豚肉の柳川風 ○すまし汁	豚肉、卵、乾燥わかめ	さとう	ごぼう、人参、玉ねぎ、小松菜 えのき茸、あさつき
	12日、26日	○筑前煮 ソテー、果物	鶏肉、しらす干し	里芋、油、さとう	こんにゃく、れんこん、人参 さやいんげん、チンゲン菜、果物
	13日、27日	生揚と魚のごまみそ煮 ○じゃが芋の金平	生揚、白身魚、赤みそ	さとう、すりごま、じゃが芋、油	大根、さやいんげん、人参
	14日、28日	○あんかけきしめん チーズ	豚肉、チーズ	干きしめん、片栗粉	人参、しめじ、ねぎ、小松菜
	16日、30日	△ポテトとコーンの煮物 ○ひじきのミルクサラダ	鶏肉、ひじき、ツナ缶	じゃが芋、油、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、クリームコーン缶 (冷)グリーンピース、ほうれん草
	17日、31日	△シーフードチャウダー ドレッシングあえ	白身魚、あさりの水煮 スキムミルク	じゃが芋、油、上新粉、バター さとう	玉ねぎ、人参、パセリ キャベツ、ブロッコリー
	23日	△ポテトのケチャップ煮 ○きゅうりのおひたし	豚肉、花かつお	じゃが芋、油	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし
誕生会24日	△ポークストロガノフ コーンサラダ、果物	豚肉、スキムミルク	油、上新粉、さとう	玉ねぎ、人参、エリンギ、パセリ、にんにく コーン缶、キャベツ、水菜、果物	
間 食	4日、18日	ホットケーキ	牛乳	ホットケーキミックス 小麦粉 さとう 油 バター	
	5日、19日	豆乳ココアプリン	無調製豆乳	さとう	
	6日	七草粥	鶏肉	米	かぶ 大根 ほうれん草
	10日、23日	ぜんざい 菓子	あずき	上新粉 白玉粉 さとう 菓子	
	11日、25日	みそ蒸しパン	白みそ	小麦粉 さとう 油	
	12日、26日	豆乳ドーナツ	無調製豆乳	ホットケーキミックス 油 さとう	
	13日、27日	レモンラスク		食パン(8枚切り) さとう バター	レモン果汁
	16日、30日	果物 菓子		菓子	果物
	17日、31日	●▲肉ちまき	鶏肉	もち米 油 さとう	生しいたけ ねぎ しょうが
	20日	●おかかおにぎり	焼のり 花かつお	米	
誕生会24日	カステラケーキ	豆乳生クリーム	カステラ さとう	パイン缶 みかん缶	

※ 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。