



令和4年 1月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
13日 木曜日	わかめご飯	さごしのみそ焼き	鶏と里芋の煮物 白菜のおかか和え 小松菜と椎茸のすまし汁、りんご	メープル蒸しパン (ホットケーキの素、砂糖、 メープルシロップ、油)	米、砂糖、里芋	さわら、味噌、 鶏肉、かつお節	絹さや、白菜、 人参、椎茸、小 松菜、りんご	炊き込みわか め、みりん、醬 油、酒、だし、 塩
14日 金曜日	炊き込みごはん おたんじょう会	豚肉のねぎ塩炒め	ごぼうと人参のサラダ ポイルブロッコリー 揚げと豆腐のみそ汁、薄皮まんじゅう	ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、人参、 砂糖、醤油、だし)	米、油、薄皮ま んじゅう	鶏肉、豚肉、油 揚げ、豆腐、味 噌	人参、椎茸、絹 さや、キャベ ツ、もやし、生 姜、にんにく、 ねぎ、ごぼう、 ブロッコリー	醤油、酒、みり ん、塩、こしょ う、塩だれ、 エッグケア、だ し
17日 月曜日	醤油ラーメン			ごはんちぢみ (米、片栗粉、塩、ごま油、 ごま、ねぎ、人参、玉ねぎ、ポン酢)	中華麺、春巻 き、油	豚肉、海藻サラ ダ	キャベツ、人 参、ねぎ、玉ね ぎ、大根、パイン 缶	醤油ラーメン スープの素、 塩、こしょう、 和風ドレッシン グ
18日 火曜日	ゆかりごはん	ホキの煮付け	豚とキャベツの炒めもの かぼちゃ煮 葱と豆腐のみそ汁、オレンジ	マスカットゼリー (マスカットゼリーの素、 水)	米、砂糖、油	ホキ、豚肉、豆 腐、味噌	生姜、キャベ ツ、人参、かほ ちや、ねぎ、オ レンジ	ゆかり粉、醬 油、酒、みり ん、塩、こしょ う、だし
19日 水曜日	お弁当日			たべっこベイビー ぼりんこ				
20日 木曜日	菜飯	鶏肉と野菜の 中華炒め	のり塩粉ふきいも カリフラワーサラダ キャベツと小松菜のスープ、バナナ	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	米、じゃが芋	鶏肉、青のり粉	白菜、玉ねぎ、 人参、椎茸、カ リフラワー、ブ ロッコリー、 キャベツ、小松 菜、バナナ	菜めし、塩、こ しょう、中華 味、和風ドレッシ ング、コンソ メ
21日 金曜日	わかめご飯	さばの生姜煮	チンゲン菜とさつま揚げのおかか和え ささみとキャベツのサラダ 切干大根と玉ねぎのみそ汁、みかん	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、砂糖、油	さば、さつま揚 げ、かつお節、 鶏肉、味噌	しょうが、チン ゲン菜、人参、 キャベツ、切干 大根、玉ねぎ、 みかん	炊き込みわか め、醤油、酒、 みりん、酢、だ し
24日 月曜日	ツナコーンピラフ			オレンジゼリー (オレンジゼリーの素、 水)	米、油	ツナ、ウイン ナー	玉ねぎ、コー ン、ブロッコ リー、キャベ ツ、人参、ほう れん草、白桃缶	コンソメ、塩、 こしょう、青シ ソドレッシング
25日 火曜日	ゆかりご飯	たらちのフライ	豚肉と野菜の炒めもの もやしとわかめのポン酢和え 大根と葱のみそ汁、パイン缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、小麦粉、パ ン粉、油	たら、豚肉、わ かめ、味噌	キャベツ、人 参、もやし、 コーン、大根、 ねぎ、パイン缶	ゆかり粉、塩、 ポン酢、こしょ う、醤油、だ し、ウスター ソース
26日 水曜日	チャーハン			フルーツポンチ (黄桃缶、三色寒天缶)	米、油、ごま 油、ミニ野菜コ ロッキ、ごま、 春雨	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉 ねぎ、もやし、 胡瓜、チンゲン 菜、白桃缶	醤油、塩、こ しょう、中華あ じ
27日 木曜日	ロールパン	ポークチャップ	ふかし芋 コーンサラダ、バナナ 白菜とウインナーのスープ、牛乳	五平餅 (米、味噌、砂糖、ごま)	バターロール、 砂糖、油、さつ ま芋	豚肉、ウイン ナー、牛乳	玉ねぎ、ビー マン、キャベツ、 コーン、白菜、 バナナ	ケチャップ、ウ スターソース、 和風ドレッシン グ、コンソメ、 塩
28日 金曜日	ハヤシライス			スイーツかぼちゃ (かぼちゃ、砂糖、豆乳)	ハヤシルウ、 油、米、フライ ドポテト、マカ ロニ	豚肉	人参、玉ねぎ、 マツルーム、グ リン ピース、胡瓜、 コーン、ぶどう ジュース	ケチャップ、 塩、エッグケ ア、こしょう
31日 月曜日	豚丼			黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	砂糖、油、米、 星ポテ、春雨、 ごま油	豚肉、わかめ、 味噌	玉ねぎ、キャベ ツ、人参、ね ぎ、切干大根、 パイン缶	醤油、酒、酢、 だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。





令和4年 1月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
4日 火曜日	お弁当日			野菜クラッカー 源氏パイ				
5日 水曜日	揚げ入り肉うどん		星型ポテト ブロッコリーサラダ ブドウゼリー	おかかおにぎり (米、かつお節、砂糖、 醤油)	うどん、砂糖、星 ポテ、油、ブドウ ゼリーの素	豚肉、油揚げ	玉ねぎ、ブロッコ リー、コーン	だし、醤油、みり ん、酒、塩、和風 ドレッシング
6日 木曜日	すすしろご飯	ぶりのてり焼き	さつま揚げと里芋の煮物 オクラのごま和え 花麩とわかめのすまし汁、フルーツポンチ	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、 砂糖)	米、砂糖、里芋、 ごま、花麩	ぶり、さつま揚 げ、わかめ、三色 寒天	大根葉、絹さや、 オクラ、白桃缶	菜めし、みりん、 酒、醤油、だし、 塩
7日 金曜日	わかめご飯	すき焼き風煮	ミニ栗かぼちゃコロッケ 紅白なます 豆腐と絹さやのすまし汁、パイン缶	ウインナー蒸しパン (ホットケーキの素、豆乳、 ウインナー)	米、糸こんにゃ く、砂糖、ミニ栗 かぼちゃコロツ ケ、油	豚肉、豆腐	白菜、ねぎ、大 根、人参、絹さ や、パイン缶	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みり ん、酢、塩、だし
8日 土曜日	チキンピラフ		白菜とツナのサラダ パイン缶	ベジたべる(4連) (ベジたべる) 牛乳	米、油、砂糖	鶏ミンチ肉、ツナ	玉ねぎ、ミック スベジタブル、白 菜、人参、コー ン、パイン缶	コンソメ、塩、こ しょう、エッグケ ア、醤油
10日 月曜日	成人の日							
11日 火曜日	ゆかりごはん	鶏の照焼き	ツナと大根の煮物 野菜ソテー わかめと麩のみそ汁、白桃缶	青りんごゼリー (青りんごゼリーの素、 水)	米、砂糖、油、切 麩	鶏肉、ツナ、わか め、味噌	大根、絹さや、 コーン、パプリカ ミックス、ほうれ ん草、白桃缶	ゆかり粉、醤油、 みりん、だし、塩
12日 水曜日	お弁当日			ぼたぼた焼き 星たべよ				
13日 木曜日	わかめご飯	さごしのみそ焼 き	鶏と里芋の煮物 白菜のおかか和え 小松菜と椎茸のすまし汁、りんご	メープル蒸しパン (ホットケーキの素、砂糖、 メープルシロップ、油)	米、砂糖、里芋	さわら、味噌、鶏 肉、かつお節	絹さや、白菜、人 参、椎茸、小松 菜、りんご	炊き込みわかめ、 みりん、醤油、 酒、だし、塩
14日 金曜日	炊き込みごはん おたんじょう会	豚肉のねぎ塩炒 め	ごぼうと人参のサラダ ポイルブロッコリー 揚げと豆腐のみそ汁、薄皮まんじゅう	ひじきおにぎり (米、ひじき、油揚げ、人参、 砂糖、醤油、だし)	米、油、薄皮まん じゅう	鶏肉、豚肉、油揚 げ、豆腐、味噌	人参、椎茸、絹さ や、キャベツ、もやし、 生姜、にんにく、ねぎ、ご ぼう、ブロッコリー	醤油、酒、みり ん、塩、こしょ う、塩だれ、エッ グケア、だし
15日 土曜日	ソース焼きそば		白菜とツナのサラダ キャベツと玉ねぎのスープ みかん	しょうゆせんべい サッポロポテト	焼きそば麺、油、 砂糖	豚肉、青のり粉、 ツナ	もやし、人参、 ピーマン、白菜、 コーン、玉ねぎ、 キャベツ、みかん	焼きそばソース、 エッグケア、醬 油、コンソメ、 塩、こしょう
17日 月曜日	醤油ラーメン		春巻き 大根サラダ パイン缶	ごはんチヂミ (米、片栗粉、塩、ごま油、 ごま、ねぎ、人参、玉ねぎ、 ボン酢)	中華麺、春巻き、 油	豚肉、海藻サラダ	キャベツ、人参、 ねぎ、玉ねぎ、大 根、パイン缶	醤油ラーメンス ープの素、塩、こ しょう、和風ド レッシング
18日 火曜日	ゆかりごはん	ホキの煮付け	豚とキャベツの炒めもの かぼちゃ煮 葱と豆腐のみそ汁、オレンジ	マスカットゼリー (マスカットゼリーの素、 水)	米、砂糖、油	ホキ、豚肉、豆 腐、味噌	生姜、キャベツ、 人参、かぼちゃ、 ねぎ、オレンジ	ゆかり粉、醤油、 酒、みりん、塩、 こしょう、だし
19日 水曜日	お弁当日			たべっこベイビー ぱりんこ				
20日 木曜日	菜飯	鶏肉と野菜の中 華炒め	のり塩粉ふきいも カリフラワーサラダ キャベツと小松菜のスープ、バナナ	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	米、じゃが芋	鶏肉、青のり粉、	白菜、玉ねぎ、人参、椎 茸、カリフラワー、ブ ロッコリー、キャベツ、 小松菜、バナナ	菜めし、塩、こ しょう、中華味、 和風ドレシッ グ、コンソメ
21日 金曜日	わかめご飯	さばの生姜煮	チンゲン菜とさつま揚げのおかか和え ささみとキャベツのサラダ 切干大根と玉ねぎのみそ汁、みかん	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、砂糖、油	さば、さつま揚 げ、かつお節、鶏 肉、味噌	しょうが、チンゲ ン菜、人参、キャ ベツ、切干大根、 玉ねぎ、みかん	炊き込みわかめ、 醤油、酒、みり ん、酢、だし
22日 土曜日	中華丼		もやしナムル パイン缶	サッポロポテト(4連) (1オからのサッポロポテト) 牛乳	片栗粉、米、ご ま、ごま油	豚肉	チンゲン菜、白菜、人 参、椎茸、もやし、胡 瓜、コーン、パイン	中華味、醤油、み りん、塩、中華あ じ
24日 月曜日	ツナコーンピラフ		ブロッコリーとウインナーのソテー キャベツの青じそサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ、白桃缶	オレンジゼリー (オレンジゼリーの素、 水)	米、油	ツナ、ウインナー	玉ねぎ、コーン、ブロッ コリー、人参、白 桃、ほうれん草、白桃缶	コンソメ、塩、こ しょう、青シソド レッシング
25日 火曜日	ゆかりご飯	たらのフライ	豚肉と野菜の炒めもの もやしとわかめのボン酢和え 大根と葱のみそ汁、パイン缶	ふかし芋 (さつま芋)	米、小麦粉、パン 粉、油	たら、豚肉、わか め、味噌	キャベツ、人参、 もやし、コーン、 大根、ねぎ、パ イン缶	ゆかり粉、塩、 コンソメ、 こしょう、醤油、だし、 マスターソース
26日 水曜日	チャーハン		ミニ野菜コロッケ もやしナムル 春雨とチンゲン菜のスープ、白桃缶	フルーツポンチ (黄桃缶、三色寒天缶)	米、油、ごま油、 ミニ野菜コロツ ケ、ごま、春雨	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉ね ぎ、もやし、胡 瓜、チンゲン菜、 白桃缶	醤油、中華、こしょ う、中華あじ
27日 木曜日	ロールパン	ポークチャップ	ふかし芋 コーンサラダ、バナナ 白菜とウインナーのスープ、牛乳	五平餅 (米、味噌、砂糖、ごま)	バターロール、砂 糖、油、さつま芋	豚肉、ウイン ナー、牛乳	玉ねぎ、ピーマ ン、キャベツ、 コーン、白菜、パ ナナ	ケチャップ、ウス ターソース、和風 ドレッシング、コ ンソメ、塩
28日 金曜日	ハヤシライス		フライドポテト マカロニサラダ ぶどうジュース	スイートかぼちゃ (かぼちゃ、砂糖、豆乳)	ハヤシルウ、油、 米、フライドポテ ト、マカロニ	豚肉	人参、玉ねぎ、マ ルゲム、グリーンピース、胡 瓜、コーン、ぶどう ジュース	ケチャップ、塩、 エッグケア、こ しょう
29日 土曜日	豆腐のそぼろ丼		ほうれん草のごま和え 白桃缶	かっぱえびせん(4連) (1オからのかっぱえびせん) 牛乳	米、砂糖、ごま	豆腐、鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ねぎ、ほ うれん草、キャベ ツ、人参、白桃缶	酒、醤油
31日 月曜日	豚丼		星型ポテト 春雨サラダ 葱と切干大根のみそ汁、パイン缶	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、黒砂糖、 豆乳)	砂糖、油、米、星 ポテ、春雨、ごま 油	豚肉、わかめ、味 噌	玉ねぎ、キャベ ツ、人参、ねぎ、 切干大根、パ イン缶	醤油、酒、酢、だ し

※材料の都合により献立を変更する場合があります。