



令和5年度 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 きいろ	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						
11日 木曜日	菜飯	さごしの煮付け	金平れんこん 豆サラダ 小松菜と椎茸のすまし汁、みかん缶	白玉きな粉 (白玉、きな粉、砂糖)	米、砂糖、ごま油	さごし、ツナ、水 煮大豆	生姜、れんこん、人参、 インゲン、枝豆、コー ン、椎茸、小松菜、みか ん缶	菜めし、みりん、醤油、 酒、エッグケア、 醤油、塩、だし	
12日 金曜日	菜飯	豚の生姜焼き	大根サラダ ちくわの磯部揚げ 麩とわかめのみそ汁、オレンジ	マカロニみだらし (マカロニ、砂糖、醤油、 片栗粉)	米、油、おつゆ麩	豚肉、かつお節、 ちくわ磯部揚げ、わかめ、味噌	玉ねぎ、生姜、大根、人 参、オレンジ	菜めし、醤油、酒、み りん、和風ドレッシング、 だし	
15日 月曜日	真だくさん鶏うどん			のり塩粉ふきいも キャベツの甘酢和え ストロベリーゼリー	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、じゃが 芋、砂糖、ストロ ベリーゼリーの素	刻み油揚げ、青の り粉、鶏肉	椎茸、小松菜、人参、大 根、ねぎ、キャベツ	だし、醤油、みりん、 酒、塩、酢
16日 火曜日	わかめごはん	バーベキューチキン	南瓜ソテー ほうれん草とツナの和え物 キャベツとねぎのスープ、黄桃缶	黒糖蒸しパン (ホットケーキの素、豆乳、 黒砂糖)	米、砂糖、油	鶏肉、ツナ	かぼちゃ、ほうれん草、 人参、キャベツ、ねぎ、 黄桃缶	炊き込みわかめ、ケ チャップ、醤油、こ しょう、塩、だし、中 華あじ	
17日 水曜日	 お弁当日 			ばりんこ ペジたべる					
18日 木曜日	菜飯	さばの塩焼き	ブロッコリーとウインナーのソテー さつまいもサラダ 玉ねぎと揚げのみそ汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、 みかん缶)	米、油、さつま芋	さば、ウイ ナー、油揚げ、味 噌	人参、ブロッコリー、玉 ねぎ、胡瓜、りんご	菜めし、塩、コンソ メ、エッグケア、だし	
19日 金曜日	ゆかりごはん	豚肉のごま炒め	ツナじゃが煮 白菜のポン酢和え 麩とわかめのみそ汁	ごまクッキー (ホットケーキの素、ごま、 油、砂糖)	米、ごま油、ご ま、砂糖、じゃが 芋、切麩	豚肉、ツナ、わか め、味噌	キャベツ、玉ねぎ、ピー マン、人参、白菜、コー ン、みかん缶	ゆかり粉、醤油、みり ん、だし、ポン酢	
22日 月曜日	炊き込みご飯	豚肉と大根の炒め煮	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、りんご	ミルク蒸しパン (ホットケーキの素、 豆乳、砂糖)	米、油	鶏肉、豚肉、油揚 げ、豆腐、味噌	人参、椎茸、絹さや、大 根、ごぼう、ブロッコ リー、りんご	醤油、酒、みりん、 エッグケア、だし	
23日 火曜日	ゆかりごはん	八宝菜	春巻き 大根とツナのマヨ和え もやしと大根葉のスープ、黄桃缶	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、片栗粉、油、 春雨	豚肉、春巻き、ツ ナ	白菜、玉ねぎ、人参、き くらげ、椎茸、大根、 コーン、大根葉、黄桃缶	ゆかり粉、中華あじ、 醤油、みりん、エッグ ケア、塩、醤油	
24日 水曜日	 お弁当日 			星だべよ きなこ餅					
25日 木曜日	わかめごはん	鶏の唐揚げ	南瓜の煮物 コールスローサラダ 豆腐とほうれん草のみそ汁、白桃缶	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、 醤油、砂糖、みりん)	米、片栗粉、油、 砂糖	鶏肉、豆腐、味噌	生姜、かぼちゃ、キャベ ツ、人参、コーン、ほう れん草、白桃缶	炊き込みわかめ、醤油、 酒、だし、エッグ ケア、塩、こしょう	
26日 金曜日	菜飯	ぶりの照焼き	ツナと大根の煮物 もやしの和えもの 玉ねぎと絹さやのすまし汁、オレンジ	小豆ケーキ (ホットケーキの素、豆乳、 小豆、油)	米、砂糖	ぶり、ツナ	大根、人参、インゲン、 もやし、玉ねぎ、絹さ や、オレンジ	菜めし、みりん、酒、 醤油、だし、ゆかり 粉、塩	
29日 月曜日	ハヤシライス			チキンナゲット キャベツとマカロニのサラダ オレンジジュース	お麩ラスク (のり塩) (切麩、油、青のり粉、塩)	ハヤシルー、油、 米、マカロニ	豚肉、チキンナゲット	人参、玉ねぎ、マッパ ム、グリーンピース、キャ ベツ、コーン、オレンジ ジュース	ケチャップ、塩、エッ グケア、こしょう
30日 火曜日	わかめごはん	さごしのみそ焼き	白菜と揚げの煮びたし ポテトサラダ 小松菜と椎茸のすまし汁、みかん	ウインナー蒸しパン (HM、豆乳、ウインナー)	米、砂糖、じゃが 芋	さわら、味噌、油 揚げ、かつお節	白菜、人参、枝豆、椎 茸、小松菜、りんご	炊き込みわかめ、みり ん、だし、醤油、塩、 エッグケア	
31日 水曜日	 お弁当日 			ばりんこ ペジたべる					

※材料の都合により献立を変更する場合があります。
※材料のHMはホットケーキミックスです。



令和5年度 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 きいろ	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 木曜日	お弁当日			星だべよ きなこ餅				
5日 金曜日	菜飯	たらもの西京焼き	切干大根の煮物 ひじきと蓮根のサラダ 玉ねぎと大根葉のすまし汁、みかん缶	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、砂糖	タラ、味噌、油揚げ、ひじき	切干大根、人参、グリーンピース、れんこん、枝豆、大根葉、玉ねぎ、みかん缶	菜めし、みりん、酒、醤油、エッグケア、だし、塩
6日 土曜日	豚丼		インゲンとツナのマヨ和え 黄桃缶	ベジたべる 牛乳	砂糖、油、米	豚肉、ツナ	玉ねぎ、キャベツ、人参、インゲン、コーン、黄桃缶	醤油、酒
8日 月曜日	成人の日							
9日 火曜日	すすしろごはん	鶏の照焼き	ほうれん草とコーンの和え物 フライドポテト わかめと麩のみそ汁、白桃缶	いちご蒸しパン (いちごジャム、HM、豆乳)	米、砂糖、フライドポテト、油、切麩	鶏肉、わかめ、味噌	大根の葉、ほうれん草、コーン、白桃缶	菜めし、醤油、みりん、塩、だし
10日 水曜日	お弁当日			源氏パイ サッポロポテト				
11日 木曜日	菜飯	さごしの煮付け	金平れんこん 豆サラダ 小松菜と椎茸のすまし汁、みかん缶	白玉きな粉 (白玉、きな粉、砂糖)	米、砂糖、ごま油	さごし、ツナ、水煮大豆	生姜、れんこん、人参、インゲン、枝豆、コーン、椎茸、小松菜、みかん缶	菜飯、みりん、醤油、酒、エッグケア、醤油、塩、だし
12日 金曜日	菜飯	豚の生姜焼き	大根サラダ ちくわの磯部揚げ 麩とわかめのみそ汁、オレンジ	マカロニみだらし (マカロニ、砂糖、醤油、片栗粉)	米、油、おつゆ麩	豚肉、かつお節、ちくわ磯部、ら、わかめ、味噌	玉ねぎ、生姜、大根、人参、オレンジ	菜めし、醤油、酒、みりん、和風ドレッシング、だし
13日 土曜日	鶏そぼろ丼		南瓜煮 白桃缶	星だべよ 源氏パイ 牛乳	米、砂糖、油	鶏ミンチ肉	玉ねぎ、ミックスベジタブル、生姜、かぼちゃ、白桃缶	だし、醤油
15日 月曜日	貝だくさん鶏うどん		のり塩粉ふきいも キャベツの甘酢和え ストロベリーゼリー	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、じゃが芋、砂糖、ストロベリーゼリーの素	刻み油揚げ、青のり粉	椎茸、小松菜、人参、大根、ねぎ、キャベツ	だし、醤油、みりん、酒、塩、酢
16日 火曜日	わかめごはん	バーベキューチキン	南瓜ソテー ほうれん草とツナの和え物 キャベツとねぎのスープ、黄桃缶	黒糖蒸しパン (HM、豆乳、油、黒砂糖)	米、砂糖、油	鶏もも肉、ツナ	かぼちゃ、ほうれん草、人参、キャベツ、ねぎ、黄桃缶	炊き込みわかめ、ケチャップ、醤油、こしょう、塩、だし、中華あじ
17日 水曜日	お弁当日			ばりんこ ベジたべる				
18日 木曜日	菜飯	さばの塩焼き	ブロッコリーとウィンナーのソテー さつまいもサラダ 玉ねぎと揚げのみそ汁、りんご	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、みかん缶)	米、油、さつま芋	さば、ウィンナー、油揚げ、味噌	人参、ブロッコリー、玉ねぎ、胡瓜、りんご	菜めし、塩、コンソメ、エッグケア、だし
19日 金曜日	ゆかりごはん	豚肉のごま炒め	ツナじゃがが煮 白菜のポン酢和え 麩とわかめのみそ汁	ごまクッキー (ホットケーキの素、ごま、油、砂糖)	米、ごま油、ごま、砂糖、じゃが芋、切麩	豚肉、ツナ、わかめ、味噌	キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、人参、白菜、コーン、みかん缶	ゆかり粉、醤油、みりん、だし、ポン酢
20日 土曜日	焼きそば		キャベツと小松菜のナムル 黄桃缶	サッポロポテト 牛乳	焼きそば、油	豚肉、削り節	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、小松菜、黄桃缶	ウスターソース、中華あじ
22日 月曜日	炊き込みご飯	豚肉と大根の炒め煮	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、りんご	ミルク蒸しパン (HM、豆乳、砂糖)	米、油	鶏肉、豚肉、油揚げ、豆腐、味噌	人参、椎茸、絹さや、大根、ごぼう、ブロッコリー、りんご	醤油、酒、みりん、エッグケア、だし
23日 火曜日	ゆかりごはん	八宝菜	春巻き 大根とツナのマヨ和え もやしと大根葉のスープ、黄桃缶	スイートポテト (さつま芋、砂糖、豆乳)	米、片栗粉、油、春雨	豚肉、春巻き、ツナ	白菜、玉ねぎ、人参、きくらげ、椎茸、大根、コーン、大根葉、黄桃缶	ゆかり粉、中華あじ、醤油、みりん、エッグケア、塩、醤油
24日 水曜日	お弁当日			星だべよ きなこ餅				
25日 木曜日	わかめごはん	鶏の唐揚げ	南瓜の煮物 コールスローサラダ 豆腐とほうれん草のみそ汁、白桃缶	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、砂糖、みりん)	米、片栗粉、油、砂糖	鶏もも肉、豆腐、味噌	生姜、かぼちゃ、キャベツ、人参、コーン、ほうれん草、白桃ダイス缶	炊き込みわかめ、醤油、酒、だし、エッグケア、塩、こしょう
26日 金曜日	菜飯	ぶりの照焼き	ツナと大根の煮物 もやしの和えもの 玉ねぎと絹さやのすまし汁、オレンジ	小豆ケーキ (HM、豆乳、小豆、油)	米、砂糖	ぶり、ツナ	大根、人参、インゲン、もやし、玉ねぎ、絹さや、オレンジ	菜めし、みりん、酒、醤油、だし、ゆかり粉、塩
27日 土曜日	中華丼		キャベツのゆかり和え みかん缶	ぼたぼた焼き きなこ餅 牛乳	片栗粉、米	豚肉	チンゲン菜、白菜、人参、椎茸、キャベツ、みかん缶	中華あじ、醤油、みりん、塩、ゆかり粉
29日 月曜日	ハヤシライス		チキンナゲット キャベツとマカロニのサラダ オレンジジュース	お麩ラスク(のり塩) (切麩、油、青のり粉、塩)	ハヤシルウ、油、米、マカロニ	豚肉、チキンナゲット	人参、玉ねぎ、マヨネーズ、グリーンピース、キャベツ、コーン、オレンジジュース	ケチャップ、塩、エッグケア、こしょう
30日 火曜日	わかめごはん	さごしのみそ焼き	白菜と揚げの煮びたし ポテトサラダ 小松菜と椎茸のすまし汁、みかん	ウィンナー蒸しパン (HM、豆乳、油、ウィンナー)	米、砂糖、じゃが芋	さわら、味噌、油揚げ、かつお節	白菜、人参、枝豆、椎茸、小松菜、りんご	炊き込みわかめ、みりん、だし、醤油、塩、エッグケア
31日 水曜日	お弁当日			ばりんこ ベジたべる				

※材料の都合により献立を変更する場合があります。
※材料のHMはホットケーキミックスです。