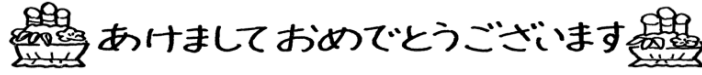
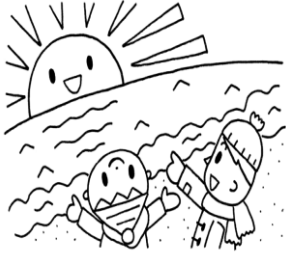


1月のこんだて

平成30年1月10日

開南幼稚園



今年もおかげさまでお正月を迎えることができました。年が明けると、卒園、進級に向けてカウントダウンが始まります。年長さんは苦手な食べ物も挑戦してこれから自信をつけてほしい三学期です。子どもたちにとって充実した日々になりますよう、本年も何卒よろしくお願いたします。

月/日	献立名	材料名			栄養価	
		あか	きいろ	みどり	エネルギー	たんぱく質
		血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	kcal	g
1/11 (木)	麦ごはん 松風焼き・豚汁 果物・牛乳	豚肉・みそ 卵・牛乳	米・麦・砂糖 パン粉・こんにやく さといも	れんこん・長ネギ 生姜・もやし・しめじ 赤ピーマン・大根・人参 ごぼう・パイン	415	18.2
1/15 (月)	麦ごはん メンチカツ もやしとニラのナムル 果物・牛乳	豚肉・卵 牛乳	米・麦・油 天ぷら粉・パン粉	キャベツ・玉ねぎ もやし・ニラ みかん	392	14.1
1/16 (火)	チキンライス ポトフ 果物・牛乳	鶏肉・ウインナー 牛乳	米・もち米 コンソメ・砂糖 じゃがいも	グリーンピース 玉ねぎ・人参・大根 ミニトマト・バナナ	378	11.8
1/18 (木)	肉野菜うどん 大学いも 果物・牛乳	豚肉・牛乳	乾めん・油 砂糖・さつまいも	玉ねぎ・ゴボウ・人参 小松菜・舞茸・しめじ りんご	443	12.3
1/22 (月)	麦ごはん アジフライ 五目ぎんぴら・みそ汁 果物・牛乳	アジ・油揚げ みそ・牛乳	米・麦 パン粉・天ぷら粉 油・砂糖	キャベツ・玉ねぎ・ゴボウ れんこん・つきこん 人参・ほうれん草 りんご	439	19
1/23 (火)	ゴマ塩ごはん チキンのジャム煮 切干し大根の含め煮 果物・牛乳	鶏肉・さつまいも 油揚げ・牛乳	米・麦 マヨネーズ 砂糖	リンゴ・にんにく ブロッコリー 切干し大根 人参・干しいたけ みかん	387	14.1
1/25 (木) うさぎリクエスト メニュー	ドックパン・手作りジャム から揚げ パンプキンシチュー 果物・牛乳	鶏肉・豚肉 牛乳	ドックパン 砂糖・片栗粉 じゃがいも シチュールー	キウイ・りんご レタス・生姜・玉ねぎ 人参・かぼちゃ みかん	415	18
1/29 (月)	カレーライス・福神漬け れんこんのツナマヨ和え 果物・牛乳	豚肉・ツナ 牛乳	米・麦 じゃがいも・砂糖 カレールー マヨネーズ	玉ねぎ・人参 福神漬け・れんこん 豆苗・パイン	357	10.1
1/30 (火)	鶏ゴボウごはん ミックスボールフライ みそ汁 果物・牛乳	鶏肉・油揚げ ベーコン・味噌 牛乳	米・もち 天ぷら粉・コンソメ 砂糖	ゴボウ・人参・わかめ しめじ・玉ねぎ ミックスベジ・大根 ブロッコリー・みかん	423	12.6

* 材料入荷により献立の一部が変更になる場合があります。

12月の放射能による食品検査 水道水・牛乳を含み、すべて不検出でした