



きゅうしよく しょうかい がつ
給食の紹介 1月

5歳児のサンプルです 2017年(平成29)度

ほいくしょ
(三国保育所)

《給食》主菜: 鮭の照り煮 副菜: 酢みそ和え

汁: すまし汁(豆腐えのき) デザート: りんご



りにゅうしよく せいご かげつじ
《離乳食》生後 12カ月児

かんりょうき
離乳食完了期

- できあ 出来上がりから取り分けて
調理しています。(やわらか
く煮直し、粗きざみにして
ていきよう 提供しています。)





《3時のおやつ》 ^じジャムサンドパン(いちご)・^{すき}スキムミルク



《給食》 ^{しゅさい さかな たつ た あ}主菜: 魚の立田揚げ ^{ふく}副菜: ^{きりほしだいこん}ごぼうと切干大根のサラダ
^{しる}汁: ^{こまつな}みそ汁(豆腐小松菜) ^{デザート}: チーズ





《給食》主菜: ^{しゅさい}みそおでん 副菜: ^{ふく}ほうれん草^{そう}としめじの^あ和え物^{もの} デザート: みかん

おでんの具は、
うすら^{たまご}卵・さといも・にんじん・
厚揚げ^{あつあげ}・板こんにゃく^{いた}・だいこん
ごぼう・れんこん・こんぶ



《給食》主菜: ^{しゅさい}白身魚^{しろみさかな}のフライ^{ふらい} (外^た外^たソース^たかけ) 副菜: ^{ふく}大根^{だいこん}のはりはり漬^づけ

汁: すまし汁^{しる} (わかめ^ほ干し椎茸^{しいたけ}) デザート: みかん





ほいくしょ
(御原保育所)

《給食》 主菜: 魚の塩麴焼き しゅざい しおこうじや 副菜: 五目煮豆 ふく ごもくにまめ

汁: みそ汁(だいこんにんじん) しる デザート: プルーン



《3時のおやつ》 ぜんざい(白玉団子入り)・お茶 じ しらたまだんごい





《給食》主菜:魚のごまマヨ焼き

副菜:切干大根の煮物

汁:みそ汁(きゃべつ厚揚げ)

デザート:りんご



《3時のおやつ》パンせんべい(黒糖味)・スキムミルク

さんどよう うす しょくばん まい とうふん き
サンド用の薄い食パン1枚を4等分に切っています





《給食》主菜:鶏^{しゅさい}レバー^{とり}のうま煮^{れば} 副菜:青菜^{ふく}の香り^{あおな}和え^{かお}

汁:大根^{しる}スープ^{だいこん} デザート:みかん^{すーぶ}



《3時のおやつ》マカロニ^まニあべ川^{かろ}・スキムミルク^{かわ}

※子ども^こ達^{たち}が大好き^{だいす}なおやつ^{ひと}の一つです





(大崎保育所)

《給食》主菜:高野豆腐の煮物 副菜:白菜のおかか和え

汁:みそ汁(じゃが芋小松菜) デザート:りんご



《3時のおやつ》

おにぎり(わかめごま貝割れ菜)・お茶





《給食》主菜: 鮭のみそバター焼き

副菜: 白菜としらす干しのサラダ

汁: すまし汁 (豆腐小松菜)

デザート: みかん



《3時のおやつ》青菜と卵のトースト・スキムミルク





《給食》^{しゅさい ふゆ やさい か れ}主菜:冬野菜カレー(だいこん・ごぼう・れんこんが入っています)

^{はくさい}副菜:白菜とりんごのゆずサラダ デザート:^{てざーと}プルーン



《3時のおやつ》ほうれんそうの蒸しパン(チーズ入り)・スキムミルク





《給食》^{しゅさい}主菜:みそちゃんこ汁（^{とり}鶏ひき肉の^{にく}お団子・^{だんご}厚揚げ・^{あつあ}にんじん・

はくさい・だいこん・えのき・干し椎茸^{しいたけ}・^{しゅんぎく}春菊・^{いた}板こんにゃく）

^{ふく}副菜:梅肉和え ^{ばいにくあ}デザート:りんご



《3 時のおやつ》おにぎり(さつま芋と黒ごま)・お茶

