



# 1 月 の 給 食



社会福祉法人 今川学園  
今川学園 園長 篠瀬 実千代

## 年始休園日

## 成人の日

献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
1	水						17	金	ご飯 赤魚の煮付け 大豆の五目煮 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし・油 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	米粉ロール クッキー	おさかな ソーセージ	塩味せんべい
2	木						18	土	おにぎり(わかめ・おかか)2 けんちん汁 バナナ	米・混ぜるわかめ・おかか・ごま油・塩 豚肉・大根・ごぼう・人参・里芋・うす揚げ・板こんにゃく・だし・醤油・みりん バナナ	きなこ せんべい	ミニゼリー	ばりんこ
3	金						20	月	あんかけそば 春巻き ブロッコリーの塩昆布和え	中華そば・豚肉・むき海老・白菜・玉ねぎ・もやし・人参・しいたけ・ウェイパー・淡口醤油・片栗粉・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油	ソフトな 塩せん	スティック チーズ	ビスコ
4	土						21	火	ひじきご飯 あじの塩焼き 干切大根の煮物 なめこと豆苗のすまし汁	米・ひじき・塩 あじ・酒・塩 干切大根・うす揚げ・人参・三度豆・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 なめこ・豆苗・醤油・だし	かぼちゃ ポーロ	ミニゼリー	アスパラガス
6	月	ドライカレー ブロッコリーのごま和え フルーツヨーグルト	米・ひよこ豆・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・生姜・米粉・カレー粉・クチャップ・ウスターソース・砂糖・油 ブロッコリー・コーン・すりごま・濃口醤油 ヨーグルト・みかん缶・もも缶・パイン缶・砂糖	木葉 せんべい	おさかな ソーセージ	源氏パイ	22	水	米粉パン バーベキューチキン キャベツのさっぱりサラダ ★豆乳スープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・人参・じゃこ・淡口醤油・レモン汁・油 しめじ・ウィンナー・ほうれん草・豆乳・鶏ガラ・みそ	木葉 せんべい	みかん缶	野菜ゼリー
7	火	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 青菜とコーンのお浸し 麩とわかめのすまし汁	米 鮭・玉ねぎ・キャベツ・人参・えのき・みそ・砂糖・醤油 ほうれん草・コーン・淡口醤油・だし 麩・わかめ・醤油・だし	紫芋チップ	ベビー ダノン	七草粥 (米・七草・大根葉あり・塩)	23	木	ご飯 白身魚のフライ きゅうりの酢の物 豆腐としめじのみそ汁	米 白身魚・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・油・タルタルソース>卵・マヨネーズ・酢・パセリ きゅうり・人参・わかめ・砂糖・酢・醤油 豆腐・玉ねぎ・しめじ・みそ・だし	紫芋チップ	ブルーベリー ヨーグルト	マシュマロおこし (コーンフレーク・ マシュマロ・バター)
8	水	ご飯 照り焼きチキン レタスののりサラダ 小松菜と大根のみそ汁	米 鶏肉・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 レタス・じゃこ・刻みのり・濃口醤油・酢・油 小松菜・大根・みそ・だし	ミニわかめ ちゃん	ミニゼリー	渚あられ	24	金	ハヤシライス ブロッコリーとベーコンのサラダ りんごヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・エリンギ・人参・ハヤシフレーク・とろけるハヤシ・油 ブロッコリー・ベーコン・コーン・オリーブオイル・塩・レモン汁 りんご・ブルガリアヨーグルト・スキムミルク・砂糖	ミニわかめ ちゃん	もも缶	サッポロポテト
9	木	みそ煮込みうどん 三度豆のおかか和え さつま芋のレモン煮	うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・かまぼこ・淡口醤油・みそ・だし 三度豆・人参・おかか・濃口醤油 さつま芋・砂糖・レモン汁・塩	こめ棒くん	もも缶	★おにぎり(枝豆こんにゃく) (米・枝豆・塩昆布)	25	土	豚みそ丼2 ももゼリー	米・豚肉・糸こんにゃく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・片栗粉・ごま油 ももゼリー	星っこ	ミニゼリー	ぼたぼた焼き
10	金	★ピピン丼 干切大根のマヨ和え わかめスープ	米・醤油・酒・豚ひき肉・豆腐・生姜・にんにく・砂糖・油・人参・ほうれん草・もやし・ごま・ごま油・刻みのり 干切大根・人参・ハム・マヨネーズ・プレーンヨーグルト・レモン汁 わかめ・春雨・鶏ガラスープ	星っこ	キウイ	ミレービスケット	27	月	★厚揚げのかば焼き丼 ほうれん草の納豆和え こしね汁	米・絹揚げ・砂糖・醤油・みりん・酒・ねぎ・ごま・刻みのり ほうれん草・納豆・かつお節・濃口醤油 豚肉・ささがきごぼう・人参・大根・里芋・板こんにゃく・豆腐・うす揚げ・ねぎ・みそ・だし	ひじき あられ	スティック チーズ	バナナ
11	土	豚ひき肉の春雨丼(土曜) りんごゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラスープ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 りんごゼリー	ひじき あられ	ミニゼリー	ぼたぼた焼き	28	火	ご飯 鰯の唐揚げ 小松菜としめじのおひたし 冬瓜と三つ葉のすまし汁	米 鰯・塩こしょう・片栗粉・揚げ油 小松菜・しめじ・もやし・人参・濃口醤油・だし・塩 冬瓜・三つ葉・淡口醤油・だし	きなこ せんべい	ミニゼリー	牛乳かりんとう
13	月						29	水	ご飯 チンジャオロース風炒め 三度豆のごま和え 中華風コーンスープ	米 牛肉・玉ねぎ・ピーマン・だけのご水煮・人参・生姜・砂糖・みりん・醤油・オイスターソース・酒・塩・片栗粉・ごま油 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 コーンクリーム缶・卵・青ねぎ・鶏ガラ・片栗粉・塩	ふわふわ チップ	おさかな ソーセージ	お好み焼き (ベーコン・キャベツ・人参・ 青ねぎ・小麦粉・揚げ玉・ だし・ごま・お好みソース)
14	火	ご飯 家常豆腐 ブロッコリーのじゃこ和え 白菜としめじのスープ	米 絹揚げ・豚肉・人参・ピーマン・干し椎茸・にんにく・しょうが・みそ・濃口醤油・砂糖・酒・油 ブロッコリー・じゃこ・淡口醤油・ごま油 白菜・しめじ・パセリ・鶏ガラ	おさつで ボン	みかん缶	りんご	30	木	ご飯 ★ミートローフ ブロッコリーのおかか和え きのこスープ	米 牛ひき肉・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・三度豆・コーン・塩・トマトケチャップ・ウスターソース ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・醤油 しめじ・えのき・干し椎茸・鶏ガラ・パセリ	米粉ロール クッキー (かぼちゃ 味)	みかん缶	りんごすていっく
15	水	あずきご飯 鰯の天ぷら もやしの中華和え なめことえのきのみそ汁	米・もち米・小豆・塩・ごま塩 鰯・小麦粉・塩・油 もやし・豆苗・人参・醤油・酢・ごま油 なめこ・えのき・ねぎ・みそ・だし	おかか せんべい	ミニゼリー	マカロニきなこ (マカロニ・きな粉 ・砂糖・塩)	31	金	★小魚ピラフ スパゲティサラダ ウィンナーと野菜のスープ	米・玉ねぎ・人参・ピーマン・じゃこ・カレー粉・醤油・油 スパゲティ・きゅうり・人参・コーン・マヨネーズ・塩・こしょう ウィンナー・人参・じゃが芋・三度豆・コンソメ	おかか せんべい	ミニゼリー	★手作りドーナツ ホットカルピス (ホットケーキミックス・ 豆腐・豆乳・卵・油・粉糖) (カルピス・水)
16	木	米粉パン 鶏肉の香草焼き キャベツとコーンのサラダ クラムチャウダー	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鶏肉・じゃが芋・にんにく・乾燥パプリカ・オリーブ油・塩・こしょう・パン粉 キャベツ・コーン・あみえび・フレンチドレッシング ベーコン・ほたて・玉ねぎ・じゃが芋・人参・チャウダーの素・スキムミルク・パセリ	ふわふわ チップ	いちご ヨーグルト	★手作りポップコーン (ポップコーンの素・ 塩・油)							

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1〜2歳児のみの提供です。  
※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。

◎今月の郷土料理はアメリカのミートローフです。日本ではあまり馴染みのない料理ですが、アメリカでは家庭の定番料理としてよく食べられています。“ローフ”は古英語でパンと言う意味を持っており、長方形の形状に肉をひきつめ焼き上げています。味はハンバーグと似ていて子供から大人まで人気のある料理です。