



給食だより

道伯幼稚園



自然派オリジナル商品の
こちらからご覧いただけます。

日付	曜日		昼食	間食	主な材料と体内での働き		
					主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの
2月			玄米ごはん 厚揚げ野菜のトマト煮 かぼちゃ納豆 味噌汁	*シラストースト*	いりこ・厚揚げ・豚ミンチ・ 納豆・味噌・出し昆布・ しらす干し	玉葱・人参・しめじ・枝豆・ トマト水煮・かぼちゃ・白菜・ ごぼう・太もやし・青ねぎ	玄米・三温糖・こめ油・黒砂糖・ コッペパン・ ノンエッグマヨネーズ
3火			お雛様*ちらし寿司 さば甘辛たれ ほうれん草の白和え すまし汁 桃の花ゼリー	人参クッキー	油あげ・のり・サバ・豆腐・ 味噌・わかめ・出し昆布・ いりこ・豆乳	人参・椎茸・コーン・ ほうれん草・しめじ・大根・ 玉葱・青ねぎ	精白米・三温糖・純米酢・ 黒砂糖・てんさい糖・ 三色花ゼリー・小麦粉・ ベーキングパウダー・こめ油
4水		保育 参観	自然派味噌ラーメン さつまいもサラダ オレンジ 食べるイリコ ★自然派オリジナル	おかかおにぎり	大豆ミンチ・煮干し・かつお節・ 青のり	キャベツ・人参・玉葱・にら・ 胡瓜・コーン・オレンジ	ちゃんぽん麺・ 自然派味噌ラーメンだし・ こめ油・薩摩芋・ ノンエッグマヨネーズ・精白米
5木			玄米ごはん さわらの塩焼き ひじき納豆 味噌汁	お米でリンゴタルト	いりこ・さわら・芽ひじき・ 納豆・削りぶし・味噌・出し昆布	キャベツ・胡瓜・人参・コーン・ 大根・玉葱・ほうれん草・ えのき茸・青ねぎ	玄米・ お米de国産リンゴタルト
6金			お祝い献立*ツナピラフ 鶏の唐揚げ 和風ポテトサラダ 野菜スープ トライフル*いちごクレープ	ミレービスケット	ツナフレーク・鶏肉・塩昆布・ 豆乳・豆乳ホイップ	玉葱・人参・ピーマン・生姜・ にんにく・胡瓜・キャベツ・ 小松菜・しめじ・パセリ・みかん	精白米・オリーブ油・ てんさい糖・片栗粉・こめ油・じゃがいも・ 黒砂糖・ノンエッグマヨネーズ・ ホットケーキミックス・三温糖・ ブルーベリーソース・いちごクレープ・ ミレービスケット
9月			野菜たっぷりカレー さっぱりサラダ りんごボンチ	備前味噌蒸しパン	いりこ・大豆ミンチ・豆乳・味噌	玉葱・人参・しめじ・ トマト水煮・キャベツ・胡瓜・ コーン・りんご・ フルーツカクテル	玄米・じゃがいも・ カレーフレーク・てんさい糖・ 純米酢・ホットケーキミックス・ こめ油
10火			コッペパン 豆乳シチュー 野菜の磯和え バナナ 食べるイリコ	発酵あんこ巻き(きなこ) ★自然派オリジナル	鶏肉・豆乳・だし削り・ 出し昆布・のり・煮干し・きな粉	玉葱・人参・ブロッコリー・ しめじ・キャベツ・小松菜・ バナナ	コッペパン・じゃがいも・ シチューフレーク・米粉・ ベーキングパウダー・こめ油・ てんさい糖・発酵あんこ
11水			黒米ごはん 麻婆豆腐 ツナサラダ 野菜スープ	バナナケーキ	いりこ・大豆ミンチ・豆腐・ 味噌・ツナフレーク・出し昆布・ 豆乳	玉葱・人参・椎茸・青ねぎ・ 生姜・キャベツ・胡瓜・コーン・ 小松菜・しめじ・バナナ	玄米・黒米・ごま油・黒砂糖・ 片栗粉・純米酢・オリーブ油・ 米粉・てんさい糖・こめ油・ ベーキングパウダー
12木			豚汁うどん 白菜と揚げのお浸し ふかし芋 食べるイリコ	カレーチャーハン	豚肉・だし削り・出し昆布・ 味噌・油あげ・煮干し・ ツナフレーク	大根・人参・しめじ・ごぼう・ 青ねぎ・白菜・玉葱	うどん・こんにゃく・ てんさい糖・薩摩芋・精白米・ ごま油
13金			玄米ごはん あじの香草パン粉焼き 切干大根サラダ ミネストローネ	きなこ蒸しパン	いりこ・あじ・ツナフレーク・ 豆乳・きな粉	パセリ・切干大根・小松菜・ 人参・玉葱・トマト水煮	玄米・ノンエッグマヨネーズ・ こめ油・パン粉・純米酢・ ごま油・マカロニ・じゃがいも・ てんさい糖・ ホットケーキミックス
16月			キャベツと塩昆布ご飯 さばの塩麴焼き さつまいも納豆 味噌汁 ★自然派オリジナル	ごぼうサブレ	いりこ・塩昆布・サバ・納豆・ 油あげ・わかめ・出し昆布・味噌	キャベツ・大根・玉葱・人参・ ごぼう	玄米・塩麴・さつまいも・ てんさい糖・ ホットケーキミックス・こめ油
17火			ビビンバ丼 わかめスープ りんご 食べるイリコ	人参蒸しパン	いりこ・豚ミンチ・大豆ミンチ・ 味噌・豆腐・わかめ・出し昆布・ 煮干し・豆乳	にんにく・小松菜・人参・ 太もやし・玉葱・しめじ・りんご	玄米・こめ油・てんさい糖・ ごま油・純米酢・ ホットケーキミックス
18水			ミートソーススパゲティー じゃがいものオイル焼き 海藻サラダ	ひじきおにぎり	豚ミンチ・大豆ミンチ・味噌・ 青のり粉・しらす干し・わかめ・ 芽ひじき・油あげ	玉葱・人参・ピーマン・生椎茸・ 生姜・トマト水煮・キャベツ・ 太もやし	スパゲッティー・トマトソース・ 黒砂糖・片栗粉・じゃがいも・ オリーブ油・ごま油・純米酢・ 精白米
19木		修了式	玄米ごはん さわらの西京焼き 小松菜納豆 味噌汁	キャベツ焼き	いりこ・さわら・白味噌・納豆・ だし削り・わかめ・出し昆布・ 味噌・豆乳・青のり・かつお節	小松菜・人参・えのき茸・白菜・ かぼちゃ・玉葱・キャベツ	玄米・黒砂糖・小麦粉・こめ油・ とんかつソース・ ノンエッグマヨネーズ
23月			押し麦ご飯 鮭の磯焼き ごぼう納豆 味噌汁	小松菜蒸しパン	鮭・青のり・納豆・だし削り・ 油あげ・わかめ・出し昆布・ いりこ・味噌・豆乳	生姜・ごぼう・人参・えのき茸・ 玉葱・切干大根・小松菜	精白米・押し麦・ ホットケーキミックス・ てんさい糖・こめ油
24火			玄米ごはん じゃがいも野菜のトマト煮 マカロニ和風サラダ 自然派コンボタスープ ★自然派オリジナル	マシュマロサンド	いりこ・鶏肉・塩昆布	玉葱・人参・しめじ・にんにく・ 胡瓜・コーン	玄米・じゃがいも・てんさい糖・ こめ油・マカロニ・ ノンエッグマヨネーズ・ 自然派コーンポタージュ・ クラッカー・ましゅまろ
25水			きのこうどん 野菜の塩昆布和え ふかし芋 食べるイリコ	五平餅	油あげ・だし削り・出し昆布・ 塩昆布・煮干し・味噌	玉葱・人参・椎茸・エリンギ・ しめじ・なめこ・青ねぎ・ キャベツ・小松菜・太もやし	うどん・ごま油・薩摩芋・ 精白米・てんさい糖
26木			炊き込みご飯 白身魚の黒糖醤油漬け焼き 野菜納豆 重ね煮味噌汁 ★自然派オリジナル	かぼちゃクッキー	いりこ・油あげ・白身魚・ 納豆・味噌・豆乳	舞茸・しめじ・人参・キャベツ・ 小松菜・玉葱・人参・椎茸・ かぼちゃ	玄米・小麦粉・ ベーキングパウダー・ てんさい糖・こめ油
27金			中華丼 ひじきサラダ 小松菜スープ オレンジ	ケーキサレ	いりこ・大豆ミンチ・芽ひじき・ わかめ・出し昆布・だし削り・ ツナフレーク・豆乳	キャベツ・玉葱・人参・ 太もやし・しめじ・椎茸・胡瓜・ 切干大根・小松菜・オレンジ・ ブロッコリー・コーン	玄米・ごま油・片栗粉・ てんさい糖・純米酢・ ホットケーキミックス・こめ油
30月			赤米ごはん 連島蓮根コロッケ 人参納豆 味噌汁 ★自然派オリジナル	きなこクッキー	連島れんこんコロッケ・納豆・ 削りぶし・味噌・いりこ・ 出し昆布・きな粉	人参・えのき茸・玉葱・ごぼう・ 青ねぎ	赤米・精白米・こめ油・里芋・ 米粉・てんさい糖
31火			ハヤシライス かぼちゃオイル焼き 野菜のおかか和え 食べるイリコ	りんごケーキ	いりこ・昆布・大豆ミンチ・ だし削り・かつお節・煮干し・ 豆乳	玉葱・人参・しめじ・にんにく・ かぼちゃ・キャベツ・太もやし・ 小松菜・りんご	玄米・じゃがいも・ ハヤシフレーク・オリーブ油・ 黒砂糖・米粉・てんさい糖・ こめ油・ベーキングパウダー

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。