



1月の給食だよ

令和6年度 やまぐち保育園

《1~3月のテーマ》
食事やマナーに興味を持って食べる
《献立作成上の考慮》
郷土料理や行事にちなんだ料理を取り入れる。

※園では年齢に応じて牛乳を1人当たり50~200cc飲んでいきます。
※7日(火)は七草飯、31日(金)は誕生会です。
ご飯はいりません。

日	曜	3歳未満児			副 食			3時のおやつ
		朝のおやつ		主 食				
4	土	チョコイス	ヤクルト	麦ごはん	肉豆腐丼	拌三絲	ちくわの甘煮	
6	月	丸ボー口	ヤクルト	麦ごはん	すきやき風煮	しらすときゅうりの酢の物	揚げぎょうざ (ほし:焼きぎょうざ)	ちゃんぽん
7	火	かぼちゃのあべ川	牛乳		<七草> 七草飯・エビフライ(ほし:チキンカツ)・ごまネーズサラダ 清汁・いちごババロア			帽子パン・いりこ
8	水	りんご	牛乳	パン	ビーフシチュー	キャベツのスパゲティ	スクランブルエッグ	焼きおにぎり・漬物
9	木	たべっ子どうぶつ	R-1	麦ごはん	豚汁	マカロニサラダ	レバーの甘辛煮	クリームチーズクッキー・いりこ
10	金	スティック野菜	牛乳	パン	卵スープ	ビーフンサラダ	白菜メンチカツ	芋ぜんざい
11	土	雪の宿	ヤクルト	麦ごはん	他人丼	切り干しの中華和え	ハムステーキ	
14	火	白い風船	ヤクルト	麦ごはん	ワンタンスープ	ひじきの炒め煮	魚のオーロラソース	黒ごまトースト・いりこ
15	水	ココアミルクゼリー	牛乳	パン	豆乳クリームパスタ	ブロッコリーのカレーマヨサラダ	しゅうまい	ころころチーズパン・いりこ
16	木	バナナ	R-1	麦ごはん	じゃがバタ味噌汁	ツナサラダ	鶏とごぼうの甘辛煮	抹茶マーブルケーキ (ほし:マーブルケーキ)
17	金	手作りクッキー	牛乳	麦ごはん	さけそぼろ丼	春雨サラダ	かぼちゃの甘煮	いきなり団子
18	土	乳ボー口	ヤクルト	パン	チキンスープ	牛肉と蓮根の炒め煮	ちくわのチーズ炒め	
20	月	ムーンライト	ヤクルト	麦ごはん	カレー肉じゃが	ひじきの和風サラダ	ちりめん納豆	にゅうめん
21	火	人参ゼリー	牛乳	パン	コンソメスープ	ラザニア	ブロッコリーの和え物	生クリーム和え・クラッカー
22	水	まがりせんべい	R-1	麦ごはん	かき玉汁	ポテトサラダ	魚の西京風焼き	チョコサンド・いりこ (ほし:ジャムサンド)
23	木	りんご	牛乳	麦ごはん	せんだご汁	豚肉と大根のオイマヨ炒め	ニラ玉	たこ焼き・いりこ
24	金	蒸し芋	牛乳	パン	豆乳スープ	もやしのナムル	鶏のマーマレード和え	わかめおにぎり・漬物
25	土	ウエハース	ヤクルト	麦ごはん	あんかけ丼	かみかみ和え	ウインナーソーテ	
27	月	ビスコ	ヤクルト	パン	ぎょうざスープ	焼肉スパゲティ	ごまじゃが	ココアスノーボール
28	火	バナナヨーグルト	牛乳	麦ごはん	ドライカレー	ほうれん草のごま和え	はんぺんのチーズ焼き	さつま芋のかりんとう・いりこ
29	水	マカロニあべ川	牛乳	パン	ツナと豆腐の卵とじ	五目ビーフン	カリフラワーのカリカリ揚げ	マーラーカオ・いりこ
30	木	ぼたぼた焼き	R-1	麦ごはん	かぶのスープ	パリパリサラダ	魚のコーンマヨ焼き	お麩のラスク
31	金	クラッカーサンド	牛乳		<誕生会> 鶏の照り焼き丼・蓮根とチーズのサラダ・豆腐の味噌汁・ゼリー寄せ			マドレーヌ

※ほし組は食材や調理方法に応じて献立が異なる場合があります。

【材料】 (大人2人分)

牛挽肉	30g
豚挽肉	45g
玉葱	100g
人参	20g
ピーマン	20g
しめじ	20g
コンソメ	0.8g
ケチャップ	30g
カレールウ	43g
バター	10g
とんかつソース	少々
小麦粉	20g



【作り方】

- ① 野菜は全てみじん切りにする。
- ② 肉を炒め、ほぐれたら玉葱と人参を入れ炒め、煮る。玉葱と人参が煮え後、ピーマンとしめじを加える。
- ③ 野菜が煮えたら、Aを加える。
- ④ 水でよく溶いた小麦粉を、グツグツと沸騰しているところに加え、とろみがつくまで煮込む。
- ⑤ 最後にバターととんかつソースを加え、味を調える。

※小麦粉でとろみをつける際、鍋底が焦げないように、おたまで時々混ぜながら、煮込んでください。

