献　立　表

2019年度1月　　福）五和会　大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
6	月	せんべい お茶		米飯　豆腐入りナゲット　ツナとコーンのマカロニサラダ　白菜とベーコンのスープ　バナナ	スノーボール 牛乳
7	火	ビスケット お茶		米飯　鮭のムニエル　ちくわとキャベツの塩昆布和え 七草汁　甘夏みかん	ミニアメリカンドッグ 手作り飲むヨーグルト
8	水	せんべい 牛乳	出前クッキング たんぽぽ・もも	鶏ごぼうごはん　肉団子の甘辛煮 カニカマ入りドレッシングサラダ　豚汁　フルーチェ	プリンケーキ お茶
9	木	乳酸菌飲料		うどん屋さん	おたのしみおやつ
10	金	バナナ お茶		米飯　チキンカツ　大豆とひじきのサラダ　根菜のみそ汁　オレンジ	ふわふわトースト スキムミルク抹茶
11	土			土曜給食	菓子
14	火	せんべい お茶		米飯　しいらのマヨネーズ焼き　栄養きんぴら 麩のみそ汁　オレンジ	お菓子屋さん
15	水	ふかしいも お茶		米飯　鶏肉の味噌漬け焼き　納豆サラダ 具だくさん島田汁　バナナ	りんごのコンポート ヨーグルトがけ
16	木	ミレーフライ お茶	出前クッキング うめ	園外保育	シュガーラスク お茶
17	金	ビスケット お茶		おたのしみ弁当	お汁粉
18	土			土曜給食	
20	月	せんべい お茶	出前クッキング 土っ子	米飯　人参の天ぷら　大根の塩こんぶ和え　どさんこ汁 菊花みかん	麩のラスク お茶
21	火	ビスケット お茶		米飯　若鶏のバーベキューソース　ちくわのマリネ 白菜のみそ汁　りんご	カナッペ 牛乳
22	水	乳酸菌飲料		みそラーメン　ポテトのチーズ焼き　枝豆　バナナ	五平餅 お茶
23	木	スティック人参 牛乳	出前クッキング 水っ子	米飯　まぐろの竜田揚げ　かみかみ和え　田舎汁 オレンジ	自家製みかんヨーグルト
24	金	せんべい お茶		米飯　みそハンバーグ　ごぼうときゅうりのサラダ 豆腐のみそ汁　チーズ	ケークサレ ココア
25	土			土曜給食	菓子
27	月	ビスケット お茶	出前クッキング 太陽っ子	米飯　じゃこと大豆とさつまいものカリカリ煮　白菜なべ　ブロッコリー　バナナ	コーンマヨトースト お茶
28	火	せんべい 牛乳		米飯　鮭のホワイトソースかけ　もやしのカレー風味 かき玉汁　菊花みかん	フルーツ白玉
29	水	いも切り干し		カレーライス　フルーツなます　りんご	ココア蒸しパン お茶
30	木	乳酸菌飲料		ハンバーガー　フライドポテト　コールスローサラダ わかめスープ　ミニゼリー	1月おたんじょうケーキ 菓子　紅茶
31	金	せんべい お茶		米飯　白はんぺんのチーズサンドフライ いんげんのおかかあえ　キャベツの野菜スープ　オレンジ	甘夏ゼリー カルシウムウエハース

	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ g	脂質 g	ｶﾙｼｳﾑ mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	586	22.7	16.5	203	2.5	159	0.33	0.4	41	4.6	2.2
目標量	574	23	15.9	259	2.4	202	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	102	99	104	78	104	79	106	111	228	100	116
3才未満児	510	18.7	13.8	199	2.2	145	0.27	0.38	38	4	1.8
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	187	0.25	0.27	18	3.7	1.6
充足率(%)	110	101	108	94	96	78	108	141	211	108	113

＊都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

かぜの予防　５つのポイント

おたのしみ弁当　17日（金）

給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に自分で詰めます。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。毎月お楽しみ弁当の日がありますので、忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。

（ふじ・つばき・さくら・うめ）

1月 しょくじだより

あけましておめでとうございます

今年も子どもたちが元気で楽しく活動できるよう、おいしい給食を提供し応援していきたいと思っています。よろしくお願いします。
９日に新年のお楽しみとして給食は『うどん屋さん』を計画しています。『〇〇屋さん』を始めて５年目になりますが、毎回子どもたちに大好評です。
これからも子どもたちに喜んでもらえる食事作りを心がけていきます。

12月も楽しいイベントがありました

味噌パーティーに向けて味噌作りが始まりました。大豆をトントンたたいているさくらぐみさんにふじぐみさんは「やさしくモミモミするとおいしいおみそができるよ。」と教えてくれました。「おいしくなぁれ、おいしくなぁれ。」とつぶやきながらモミモミしている子もいました。みんながんばってモミモミしています。おいしいお味噌ができますように。

19日は手作りパン屋さんでした。みんなの笑顔が見たくて朝から生地作りを始め、たくさんのパンが焼きあがりました。ウインナーロール、ハムチーズ、コーンマヨネーズ、シュガーバター、クリーム、あんぱんと6種類の中から好きな物を自分で選びました。昨年の5つを上回り、7つも食べたお友だちもいて、お夕飯が食べられたか心配になりました。毎回、レベルアップしているパン屋さん、次回もおたのしみに！

24日はクリスマスランチでした。今年は久しぶりにサンドイッチを作りました。3種類のサンドイッチは彩りも良く、かわいいと大好評でした。午後のおやつはチョコプリンのクリスマスバージョン。いちごと生クリームにお菓子を添えて、冬らしさを演出しました。おなかいっぱい、大満足の１日でした。