



甲南山手保育園 献立表

普通食



*月齢の低い1歳児には、食事内容を考慮しています。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4・トライアクシス | 5 | 6 |
| ごはん 白身魚のトマトソース 高野豆腐の煮物 すまし汁（舞茸） バナナ (★チーズパウンドケーキ) | ごはん 鶏肉とキャベツの青のり炒め じゃが芋のおかか和え 味噌汁（なめこ） みかん (そばめし) | ごはん 豚と厚揚げの酢豚風 もやしのナムル すまし汁（大根） バナナ (きなこマカロニ) | 親子丼 春菊と白菜の胡麻和え 味噌汁（さつまいも） みかん (フルーツヨーグルト) | ごはん ほっけの蒲焼き ブロッコリーの和え物 味噌汁（かぼちゃ） バナナ (マーマレードトースト) | 中華丼 すまし汁（なす） バナナ (焼きおにぎり) |
| 8・まごわやさしい日 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 麦ごはん 鯖の胡麻味噌煮 じゃが芋炒め すまし汁（わかめ） バナナ (お麸のきなこラスク) | ごはん 鶏の照り焼き ほうれん草の和え物 味噌汁（エリンギ） みかん (肉味噌おにぎり) | ごはん 豚肉のケチャップ炒め キャベツのおかか和え すまし汁（えのき） バナナ (プリン) | 肉うどん 青梗菜の酢の物 みかん (大学いも) | ごはん ★鯖のタンドリー焼き 大根のサラダ 味噌汁（さつまいも） バナナ (ピラフ) | 中華風ミートソース キャベツの和え物 バナナ (のり塩ポテト) |
| 15・おにぎりの日 | 16 | 17 | 18・トライアクシス | 19 | 20 |
| ごはん 赤魚の西京焼き 金平ごぼう すまし汁（なす） バナナ (塩昆布おにぎり) | ごはん 筑前煮 ピーマンの和え物 味噌汁（オクラ） みかん (小倉トースト) | お誕生日会 (お楽しみケーキ) | 麻婆丼 青梗菜のナムル すまし汁（わかめ） みかん (ぶどうゼリー) | お弁当日 (レーズン蒸しパン) | 焼きそば 小松菜の胡麻酢和え バナナ (きなこパン) |
| 22 | 23 | 24 | 25・クリスマス会 | 26 | 27 |
| ごはん 鯖のソース煮 大根の和え物 味噌汁（ブロッコリー） バナナ (ジャージャー麺) | ごはん 豚肉と春雨の炒め物 カリフラワーのサラダ 味噌汁（豆腐） みかん (バナナケーキ) | ごはん 鯖のマヨネーズ焼き もやしの和え物 すまし汁（しめじ） バナナ (りんごゼリー) | きのこピラフ チキンカツ ポテトサラダ コーンクリームスープ みかん (スノーケッキー) | ポークカレーライス 白菜の甘酢和え バナナ (大葉とオリーブオイルのパスタ) | 鶏のブルコギ丼 ほうれん草のスープ バナナ (コーンの焼きおにぎり) |
| | | | | | 《 お誕生会メニュー 》 |
| | | | | | 青菜のごはん ハンバーグ スペゲッティサラダ キャベツのスープ バナナ |

★新メニュー ※おべんとう日（2歳以上）

※食材の都合により変更することがあります。

- ・まごわやさしい（食材）の日（今期テーマ=よいウンチを育てる食材）
- ・おにぎりの日（3歳～おにぎり）
- ・旬食：しいたけ、白菜、カリフラワー、ブロッコリー、ほうれん草、春菊、さつまいも、りんご、みかん

～アレルギーについてのコラム～

甲南山手保育園でも食物アレルギー対応をしています。卵・小麦・乳製品など。除去や代替え食などの対応をしています。提供前に食材のダブルチェックを行い、席や食事の順番にも配慮します。人がみんな違うように、アレルギーも個性です。けして同じものが食べられないから可哀想ではないと考えています。それそれに合った食材で、安全で楽しくおいしい給食を子ども達には食べてもらいたい。その想いで毎日給食を調理と保育士が協力して提供させて頂いています。

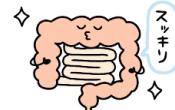
★まごわやさしい！大豆の魅力を再発見★



良質なタンパク質が豊富



食物繊維でお腹すっきり！



ミネラル豊富で元気いっぱい

