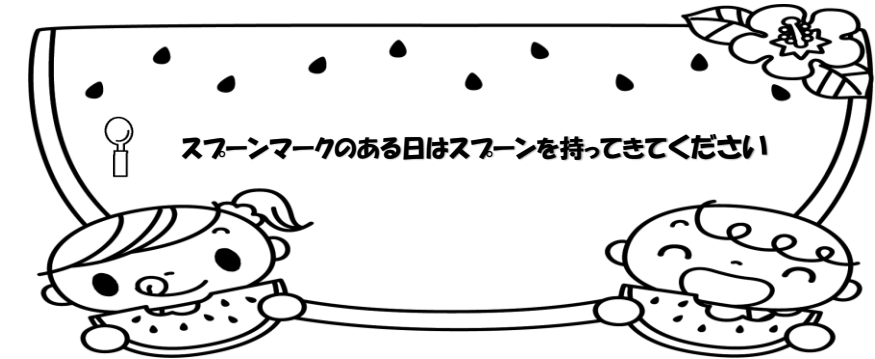




令和4年

向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (月)	牛乳	鮭の幽庵焼き 三色おひたし 豆腐のすまし汁 キウイ	ごはん	米 鮭 すだち しょうゆ ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ 豆腐 水菜 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ 小麦粉 砂糖 バター 卵 ブルーン パナナ 牛乳 お茶	ブルーとバナナのソフトクッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
2 (火)	牛乳	ちくわのカレー揚げ ブロッコリー 小松菜スープ オレンジ	ごはん	米 ちくわ(卵) 天ぷら粉(卵) カレー粉 油 ブロッコリー マヨネーズ(卵) 小松菜 人参 もやし コンソメ 淡口しょうゆ オレンジ えびせんべい 牛乳 お茶	えびせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
3 (水)	牛乳	三色丼 蒸しシュウマイ キャベツのかつお和え パイナップル	麦入りごはん	米 大麦 鶏ミンチ 砂糖 しょうゆ みりん 卵 塩 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん シュウマイ(卵) キャベツ かつお節 しょうゆ パイナップル たい焼き(あずき) 牛乳 お茶	たい焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
4 (木)	牛乳	鶏の照り焼き ツナサラダ オニオンスープ グレープフルーツ	ごはん	米 鶏肉 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 キャベツ ツナ 胡瓜 水菜 胡麻ドレッシング(卵) 玉ねぎ ワカメ コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ すいか お茶	すいか お茶
5 (金)	牛乳	なすカレー 豆サラダ ヨーグルト オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 なす カレールウ(乳) 大豆 人参 胡瓜 ちくわ マヨネーズ(卵) ヨーグルト オレンジ ウエハース(乳) ラムネ 牛乳 お茶	ウエハース ラムネ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
6 (土)	牛乳	肉うどん ほうれん草のかつお和え バナナ	うどん	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ほうれん草 かつお節 しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
8 (月)	牛乳	白身魚の西京焼 おから煮 大根とあげのみそ汁 キウイ	セルフおにぎり (幼児) ふりかけごはん (乳児)	米 のり ふりかけ 白身魚 白みそ みりん おから 鶏肉 人参 あげ こんにゃく ちくわ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 大根 あげ ねぎ だし汁 みそ キウイ おせんべい 野菜ジュース	おせんべい 野菜ジュース
9 (火)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め ゆでアスパラ 麩のすまし汁 パイナップル	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし 焼肉のタレ アスパラ マヨネーズ(卵) 麩 ほうれん草 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル サブレ(乳) 牛乳 お茶	サブレ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
10 (水)	牛乳	親子丼 中華サラダ 焼きポテト オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 春雨 ハム(卵・乳) 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ ポテト オレンジ ホットケーキミックス(乳) 卵 砂糖 牛乳 油 桃缶 牛乳 お茶	もも蒸しパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
12 (金)	牛乳	ボークカレー 白菜とえのきのポン酢和え 味付け小魚 グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(乳) 白菜 えのき ポン酢 味付け小魚 グレープフルーツ クッキー(卵・乳) 牛乳 お茶	クッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
13 (土)	お茶			希望保育 お弁当・水筒持参	お菓子 お茶
16 (火)	お茶			希望保育 お弁当・水筒持参	お菓子 お茶
17 (水)	牛乳	他人丼 きのこと炒め チーズ オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん えのき しめじ エリンギ ベーコン(卵・乳) しょうゆ チーズ オレンジ 肉まん 牛乳 お茶	肉まん 牛乳(幼児) お茶(乳児)
18 (木)	牛乳	コロッケ マカロニサラダ 玉子スープ キウイ	バケット	バケット コロッケ(卵・乳) マカロニ ハム(卵・乳) 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ(卵) 卵 バセリ コンソメ 淡口しょうゆ キウイ あられ 牛乳 お茶	あられ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
19 (金)	牛乳	コーンカレー 豚肉と水菜のサラダ ヨーグルト パイナップル	雑穀ごはん	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン カレールウ(乳) 豚肉 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ヨーグルト パイナップル さつま芋 牛乳 お茶	ふかし芋 牛乳(幼児) お茶(乳児)
20 (土)	牛乳	ミートスパゲティ もやしスーパ バナナ	スパゲティ	スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 もやし わかめ コンソメ 淡口しょうゆ お菓子 お茶	お菓子 お茶
22 (月)	牛乳	サバの塩焼 アスパラベーコン なすのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鯖 塩 アスパラ ベーコン(卵・乳) しょうゆ なす 玉ねぎ 人参 あげ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ とうもろこし 牛乳 お茶	とうもろこし 牛乳(幼児) お茶(乳児)
23 (火) 誕生会	牛乳	サーモンフライ グリーンサラダ 野菜スープ ゼリー メロン	胡瓜巻	胡瓜巻 サーモンフライ(卵) 油 ケチャップ 砂糖 キャベツ 胡瓜 水菜 アスパラ 和風ドレッシング 玉ねぎ 人参 小松菜 ねぎ 中華あじ 淡口しょうゆ ゼリー メロン 抹茶ケーキ(卵・乳) 牛乳 お茶	抹茶ケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
24 (水)	牛乳	ミートボール ブロッコリーのかつお和え 味付け小魚 オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 ミートボール ブロッコリー かつお節 しょうゆ 味付け小魚 オレンジ ボン菓子 牛乳 お茶	ボン菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)
25 (木)	牛乳	豚肉の生姜炒め キャベツのゆかり和え もやしスーパ グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん キャベツ ゆかり もやし わかめ コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ ポップコーン(乳) 牛乳 お茶	ポップコーン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
26 (金)	牛乳	クリームシチュー コーンサラダ チーズ キウイ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵) 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー クリームルウ(乳) 牛乳 キャベツ 胡瓜 水菜 コーン 和風ドレッシング チーズ キウイ パニライス(乳) お茶	パニライス お茶
27 (土)	牛乳	焼そば ワカメスーパ バナナ	中華麺	中華麺 豚バラ キャベツ 人参 もやし ビーマン ソース ワカメ コンソメ 淡口しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
29 (月)	牛乳	鯖のゴマ焼き 小松菜の煮びたし 白菜のみそ汁 パイナップル	ごはん	米 鯖 胡麻ドレッシング(卵) 小松菜 人参 あげ だし 砂糖 しょうゆ みりん 白菜 大根 人参 ねぎ だし汁 みそ パイナップル メロンパン(卵・乳) 牛乳 お茶	メロンパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
30 (火)	牛乳	筑前煮 焼きししゃも さつま芋みそ汁 キウイ	ごはん	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも さつま芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ コーンフレーク(乳) 牛乳	コーンフレーク 牛乳
31 (水)	牛乳	ビビンバ丼 焼きポテト ワカメスーパ オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 合挽きミンチ 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 人参 もやし 塩 ゴマ油 ポテト ワカメ ねぎ 中華あじ 淡口しょうゆ オレンジ 芽けんぴ 牛乳 お茶	芽けんぴ 牛乳(幼児) お茶(乳児)



調理室
だより

気をつけている細菌類

調理現場では、どんな食材にも、十分に火を通しています。

- 黄色ブドウ球菌／60度以上で、30～60分間の加熱
- O157／75度以上で、1分間の加熱
- ノロウイルス／85度以上で、1分間の加熱
- カンピロバクター／60度以上で、1分間の加熱

ご家庭でも参考にしてください。