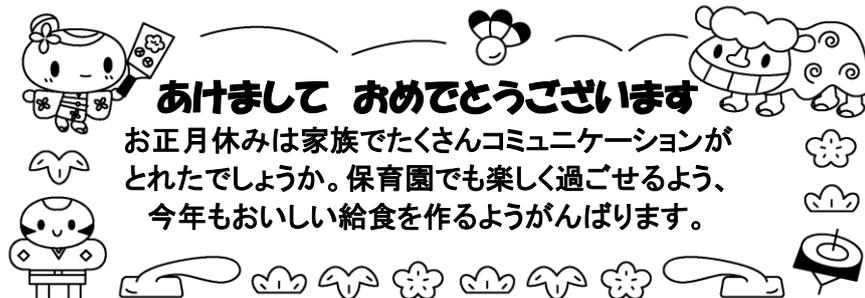


1がつのこんだてひょう

曜日	日付	午前おやつ	きゅうしょく	おやつ
金	4 18	甘辛せんべい 麦茶	肉そぼろ丼 五目ひじき煮 さつま芋のみそ汁 ゼリー	マカロニきな粉 豆乳
土	5 19	ビスケット 麦茶	スパゲティナポリタン ツナサラダ 大根スープ オレンジ	ごまちゃんすこう 豆乳
月	7 21	ビスコ 麦茶	鶏ごぼうパン ポトフ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	7日 七草粥・麦茶 21日 高野豆腐のかりんとう・豆乳
火	8 22	甘辛せんべい 豆乳	けんちんうどん 魚のみそマヨネーズ焼き ほうれん草のナムル オレンジ	チーズおかかおにぎり 麦茶
水	9 23	白せんべい 麦茶	ごはん 青菜の納豆和え 鶏肉と大根のさっぱり煮 しめじのみそ汁 パナナ	春巻きアップルパイ 豆乳
木	10 24	クラッカー 豆乳	ごはん ひじき入りつくね焼き 厚揚げと小松菜の甘みそ和え もやしのスープ りんご	10日 おしるこ・麦茶 24日 アンバターサンド・麦茶
金	11	甘辛せんべい 麦茶	天丼(白身魚・かき揚げ) 酢の物 みかん かぼちゃのみそ汁	じゃこトースト 豆乳
土	12 26	白せんべい 麦茶	焼き鳥豆腐丼 青菜のごま和え えのきのみそ汁 ゼリー	わんぱく蒸しパン 豆乳
火	15 29	ビスコ 豆乳	パン ポテトコロッケ フルーツサラダ パナナ 押し麦と野菜のスープ	ライスボール 麦茶
水	16 30	甘辛せんべい 麦茶	カレーライス 白菜のポン酢和え わかめスープ ヨーグルト	メープルせんべい 豆乳
木	17 31	白せんべい 麦茶	ごはん 鮭のバター醤油焼き いろいろきんぴら なめこのみそ汁 みかん	ハムロールパン 豆乳
金	25	甘辛せんべい 麦茶	お赤飯 魚の西京焼き 田作り さつま芋きんとん 紅白なます お雑煮風汁 みかん	いちごクレープ 紅茶
月	28	ビスケット 豆乳	ごはん オレンジサラダ 鶏のスイートマスタード焼き えのきのスープ りんご	肉まん 麦茶

※材料の仕入れ状況により、献立を変更することがあります
 ※今月のお誕生会は25日です。おたのしみに！
 ※保育園で使用している竹輪、ウインナーには、卵、乳成分は入っていません。



あけまして おめでとうございます

お正月休みは家族でたくさんコミュニケーションがとれたでしょうか。保育園でも楽しく過ごせるよう、今年もおいしい給食を作るようがんばります。

今月の栄養価

エネルギー 516kcal
 たんぱく質 17.8g
 脂質 15.1g
 塩分 1.4g



おせち料理の意味

黒豆/「毎日を“ママ”で元気に過ごす」
 田作り/「豊作を祈る」
 昆布巻き/「毎日の健康をよる“こぶ”」
 レンコン/「先々の見通しが利くように」
 などなど。