



1月 給食献立表



					1日(木)	2日(金)	3日(土)
昼食	普通食				休 園	休 園	
	離乳食						
おやつ	普通食						
	離乳食						
		5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
昼食	普通食	鶏の照焼 切干大根煮 みそ汁	サバの生姜ソース 春雨とピーマンの炒め物 かき玉汁	オムレツ ポテトサラダ きのこスープ	ジャージャー麺 ヨーグルト和え	豚の南部焼 ほうれん草のナムル 切干大根スープ	納豆 豆腐のみそ汁 バナナ
	離乳食	豆腐とツナの煮物 ブロッコリーとバナナ みそ汁	なす煮魚 人参とじゃがいも すまし汁	鶏の豆乳煮 きゅうりとかぼちゃ きのこスープ	マカロニの煮物 りんごとさつま芋 みそ汁	鶏のみぞれ煮 ほうれん草と人参 すまし汁	納豆 豆腐のみそ汁 バナナ
おやつ	普通食	ポリコーン・牛乳	オレンジ・お菓子・牛乳	おにぎり・麦茶	あられ・牛乳	黒糖バナナケーキ・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	お菓子	豆腐とちりめんじゃこ	大根とツナ	なすときゅうり	じゃがいもの青のりがけ	お菓子
		12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
昼食	普通食	成人の日	魚のパン粉焼 切干大根と挽肉のカレー炒め トマトスープ	松風焼 根菜の煮物 カブのスープ	豚肉ときのこパスタ オレンジ ロールパン	鶏のマーマレード焼き 切干大根のサラダ 呉汁	
	離乳食		魚の味噌煮 大根と人参 トマトスープ	つくね焼 じゃが芋とほうれん草 カブのスープ	豆腐の煮物 りんごとさつま芋 すまし汁	鶏の人参ソース きゅうりと人参 みそ汁	
おやつ	普通食		ジャムサンドパン・牛乳	りんご・牛乳	ボンデケーキ・牛乳	ゼリー・牛乳	
	離乳食		かぼちゃ	ブロッコリーとツナ	大根と人参	じゃが芋とちりめんじゃこ	
		19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
昼食	普通食	バーベキューチキン わかめサラダ コンソメスープ	鮭のグラタン 野菜添え 卵スープ	しぐれ煮うどん じゃこサラダ	玉子焼き 肉じゃが すまし汁	豚の生姜焼き ごぼうサラダ 白菜のスープ	納豆 豚汁 バナナ
	離乳食	鶏のトマト煮 ほうれん草とさつま芋 すまし汁	魚のクリーム煮 ブロッコリーと人参 すまし汁	マカロニの煮物 きゅうりとかぼちゃ みそ汁	マーボー豆腐 じゃが芋と人参 すまし汁	鶏のりんごソース 大根とさつま芋 白菜のスープ	納豆 みそ汁 バナナ
おやつ	普通食	ココア蒸しパン・牛乳	バナナ・お菓子・牛乳	野菜フチクッキー・牛乳	えび小判・牛乳	焼き芋・牛乳	お菓子・牛乳
	離乳食	きゅうりとなす	豆腐とインゲン	お菓子	ほうれん草とツナ	かぼちゃ	お菓子
		26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
昼食	普通食	鶏のカレー焼 さつま芋のサラダ 春雨スープ	根菜ハンバーグ ブロッコリーサラダ コーンスープ	鮭の照焼 春雨サラダ みそ汁	ミートソーススパゲティ オレンジ わかめスープ・ロールパン	ヤンニョムチキン 野菜添え 中華スープ	豚肉の卵とじ丼 すまし汁 バナナ
	離乳食	ささ身のカレー煮 きゅうりとさつま芋 春雨スープ	つくね焼 ブロッコリーと人参 コーンスープ	煮魚 きゅうりとかぼちゃ みそ汁	豆腐とツナの煮物 ほうれん草と人参 わかめスープ	鶏のトマト煮 きゅうりとじゃがいも すまし汁	鶏そぼろ丼 すまし汁 バナナ
おやつ	普通食	ミニ野菜スナック・牛乳	りんご・牛乳	パパロア・牛乳	さつま芋のケーキ・牛乳	メロンパン・ジュース	お菓子・牛乳
	離乳食	お菓子	大根とツナ	豆腐とちりめんじゃこ	さつま芋とインゲン	なすと人参	お菓子

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。

※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。

※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。

～給食室からひとこと～

あけましておめでとうございます。1月は寒さも厳しく、引き続き体調を崩しやすい月です。年末年始に乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、あたたかい朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気に過ごせるようにしましょう。今月の食材は切干大根です。カルシウムやビタミン、鉄分など子供たちの成長に欠かせない栄養いっぱいの食品です。