

日 曜	献 立	9時 乳児おやつ	3時 全園児おやつ	乳児主食・捕食
4 月	☆始園・初釜☆ ポークカレー・なます・焼きししゃも 	牛乳 ビスケット	みかん えびせん	カレーライス
5 火	高野豆腐のはさみ煮・海苔 大根とほうれん草の味噌汁	りんご	★黄粉バナナ ミルク	海苔ご飯
6 水	焼きそば・胡麻入り納豆 小松菜のサラダ	ふかし芋	ヨーグルト せんべい	納豆ご飯
7 木	鮭の照り焼き・春雨とツナのサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	ジャムパン	★七草がゆ  みかん	白ご飯
8 金	☆1月生まれ誕生会☆ フルーツ  炊き込みご飯・唐揚げ・和え物・すまし汁	せんべい	ケーキ 牛乳	炊き込みご飯
9 土	豚肉の生姜炒め・ブロッコリー・ミニトマト 大根の味噌汁	牛乳 りんご	バナナ お菓子	白ご飯
12 火	豚汁・わかめ入り納豆 ポテトサラダ	湯豆腐	★飲むヨーグルト 白棒	納豆ご飯
13 水	うま煮・いりこのケチャップ和え 卵豆腐の吸い物	バナナ	★石垣蒸しパン ミルク	白ご飯
14 木	白身魚の胡麻マヨ焼き・ほうれん草のお浸し ワンタンスープ	せんべい	★おからの黒蜜団子 牛乳	白ご飯
15 金	ミックス卵焼き・ささみの五目和え 南瓜の味噌汁	ウエハース	★わかめご飯 塩っぺ和え	白ご飯
16 土	スパゲティのそぼろ炒め・海苔 ほうれん草のサラダ	牛乳	バナナ お菓子	海苔ご飯
18 月	冬野菜シチュー・みかん ひじきの酢の物	せんべい	★フルーツヨーグルト せんべい	シチューライス
19 火	黒米うどん・チーズ入り納豆 中華和え 	バナナ	★黒米かりんとう ミルク	納豆ご飯
20 水	豚肉とひじきの炒め煮・焼きししゃも かき玉汁	ビスケット	★ポップコーン ジョア	白ご飯
21 木	鮭の塩焼き・納豆サラダ じゃが芋の味噌汁	りんご	ボルガ ミルク	白ご飯
22 金	☆仲良しごっこの日☆ くずかけ・糸昆布とカニかまの酢の物・りんご	衛生ボーロ	★さつま芋の包み揚げ 牛乳 	白ご飯
23 土	ビーフンのカレー炒め・ふりかけ ブロッコリーとビーフのサラダ	牛乳	バナナ お菓子	ふりかけご飯
25 月	ハヤシルウ・みかん カリコリスラダ	せんべい	★飲むヨーグルト ハーベスト	ハヤシライス
26 火	ミートローフ・粉ふき芋・ブロッコリー ミネストローネ	ジャムパン	★バナナケーキ ミルク	白ご飯
27 水	鶏レバーと糸こんにゃくの甘辛煮・温野菜 厚揚げの味噌汁 	湯豆腐	★黄粉マカロニ 牛乳	白ご飯
28 木	魚のセサミ焼き(タルタルソース)・ミニトマト スパゲティ・大根とわかめのスープ 	ビスケット	★ジャムサンド ミルク	白ご飯
29 金	煮込みうどん・わかめ入り納豆 白菜のじゃこ和え	バナナ	★ミルクくずもち せんべい	納豆ご飯
30 土	☆保育参観☆ 蒸しブロッコリー 鶏肉のマーメレード煮・さつま芋サラダ	牛乳	バナナ お菓子	白ご飯

★印は手作りおやつです。

みどりの字は新メニューです。

1月19日の献立の黒米うどんと黒米かりんとうはきりん組のお友達が作ります。お楽しみに！！

