

# 令和4年度 1月献立予定表

川東保育園

日	曜	主食	副食	9時おやつ	3時おやつ
4	水	ビーフカレーライス	ささみの五目和え みかん 	牛乳 カルシウムせんべい	★きな粉揚げパン ミルク
5	木	白ご飯	鯖の味噌煮・ひじきサラダ 豆腐のお吸い物・バナナ	// ゼリー	★ホットケーキ ミルク
6	金	ゴマ納豆ご飯	干草焼き・ブロッコリーの昆布和え わかめの味噌汁・りんご	// マンナビスケット	★七草粥 チーズ
7	土	ソース焼きそば	ベジタブルスープ	// お菓子	★ふりかけおにぎり
10	火	白ご飯	筑前煮・いりこのケチャップ和え 豚汁・みかん	牛乳 バナナ	★ヨーグルトゼリー まがりせんべい
11	水	海苔ご飯	鮭のチーズパン粉焼き・納豆サラダ クリームスープ・キウイ	// シュガートースト	★白玉ぜんざい ミルク
12	木	白ご飯	鶏のマーマレード煮・里芋のサラダ なめこの味噌汁・バナナ	// みかん	★ココアスノーボール ミルク
13	金	炊き込みご飯・松風焼き・紅白なます・いもきんとん  麩のすまし汁・いちご		// ハイハイン	★プッセ ジョア
14	土	青菜のピーマン炒め	団子スープ	// お菓子	★若菜おにぎり
16	月	白ご飯	麻婆味噌豆腐・ひじきの和え物 はんぺんのお吸い物・バナナ	牛乳 魚肉ソーセージ	★オレンジヨーグルトドリンク ★クッキー
17	火	白ご飯	白身魚のコーンマヨ焼き・きんぴら蓮根 卵スープ・キウイ	// 衛生ボーロ	★フルーツカスタード ミルク
18	水	白ご飯	てりやきバーグ・塩っぺ和え 五目味噌汁・りんご	// フルーチェ	★ナポリタン ミルク
19	木	白ご飯	鯖のカレー竜田・わかめの酢の物 ベーコンの春雨スープ・黄桃缶	// ジャムパン	★ぷるぷるきな粉もち ミルク
20	金	青のり納豆ご飯	厚焼き卵・ツナとごぼうのサラダ じゃがいもの味噌汁・みかん	// バナナ	★チーズスコーン ミルク
21	土	わかめうどん	ほうれん草の胡麻和え 	// お菓子	★鮭おにぎり
23	月	親子丼	コロコロサラダ 白菜の味噌汁・いちご	牛乳 コーンフレーク	★フルーツヨーグルト
24	火	わかめご飯	中華ラーメン・焼きシシャモ 温野菜・バナナ	// ウエハース	★とうふわらびもち ミルク
25	水	白ご飯	白身魚のみぞれ煮・納豆炒り卵 もやしの味噌汁・りんご	// チーズ	★メロンパントースト ミルク
26	木	白ご飯	ポークチャップ・春雨サラダ すり身のすまし汁・みかん	// ヨーグルト	★焼きカレーおにぎり ミルク
27	金	白ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き・じゃがいものソテー 水菜と卵のスープ・キウイ	// りんご	★バナナスクエアケーキ ミルク
28	土	納豆としらすのスパゲティー	わかめスープ 	// お菓子	★海苔巻きおにぎり
30	月	ふりかけご飯	うま煮・スティック野菜 厚揚げの味噌汁・バナナ	牛乳 ビスコ	★飲むヨーグルト ★ごまちゃんすこう
31	火	白ご飯	鯖の塩焼き・南瓜サラダ そうめん汁・いちご	// 湯豆腐	★シュガーラスク ミルク

★は手作りおやつです。主食は0.1.2歳児は白ご飯、3.4.5歳児は麦ご飯です。  
青字は新メニューです。赤字は誕生会です。緑字はきりん組クッキングです。