

1月の献立表

| 曜日 | | 全園児 | | | 栄養価 | | |
|-------|-------|-------|-------------|----------------|-------------|-----------|------------|
| 3歳未満児 | 3歳未満児 | 午後おやつ | 昼食 | 午後おやつ | 3歳未満児 | 3歳以上児 | |
| 1 | 水 | 春の七草 | せり なすな | はこべら | ほとけのぞ | すずな | すずしろ |
| 2 | 木 | | | | | | |
| 3 | 金 | | | | | | |
| 4 | 土 | プリン | ツナサンド | パイナップル | 牛乳 | パン | ～旬の食材～ |
| 5 | 日 | | お休み | | | ぶり たら さわら | みかん プロッコリー |
| 6 | 月 | 麦茶 | 鶏肉二色巻 | ほうれん草 | 卓礎和え | お雑煮風 | みかん 小松菜 |
| 7 | 火 | 麦茶 | 松風焼き | たこさんウインナー | 黒豆煮 | 麦茶 | ほうれんそう |
| 8 | 水 | 麦茶 | ひじき入り卵焼き | 納豆めかぶ和え | 豆腐のすまし汁 | 黄桃缶 | |
| 9 | 木 | 麦茶 | さわら西京焼き | 白菜みかん甘酢和え | きのこ汁 | トマト | |
| 10 | 金 | 麦茶 | 豆腐ハンバーグ | きのこのソース | マカロニサラダ | オニオンスープ | |
| 11 | 土 | ヨーグルト | トマトクリームペンネ | グレープフルーツ | 牛乳 | | |
| 12 | 日 | | お休み | | | | |
| 13 | 月 | | 成人の日 | | | | |
| 14 | 火 | 麦茶 | 鶏肉マーマレード焼き | ココロポテトサラダ | 白菜スープ | オレンジ | |
| 15 | 水 | 麦茶 | 親子丼 | ちくわの磯辺揚げ | 根菜の味噌汁 | トマト | |
| 16 | 木 | 麦茶 | 厚揚げ酢豚風 | バンバンジーサラダ | わかめスープ | グレープフルーツ | |
| 17 | 金 | 麦茶 | たら野菜あんかけ | ちくわときゅうりのおかか和え | 油揚げの味噌汁 | ミニトマト | |
| 18 | 土 | 麦茶 | 焼きそば | 黄桃缶 | 牛乳 | | |
| 19 | 日 | | お休み | | | | |
| 20 | 月 | 麦茶 | ハムチーズオムレット | コンソメスープ | トマト | 麦茶 | |
| 21 | 火 | 麦茶 | ★五目ちらし | 鶏の唐揚げ | ヤクルト | みかん | |
| 22 | 水 | 麦茶 | 缶詰パン | 肉団子 | プロッコリー | サラダ | |
| 23 | 木 | 麦茶 | 豚肉生姜焼き | 小松菜じゃこ炒め | かきたま汁 | オレンジ | |
| 24 | 金 | 麦茶 | チキンカレー | 福神漬 | 大根とツナのサラダ | パイナップル | |
| 25 | 土 | 麦茶 | 中華丼 | バナナ | 牛乳 | | |
| 26 | 日 | | お休み | | | | |
| 27 | 月 | 麦茶 | 高野豆腐の卵とじ | 野菜の甘酢和え | なめこの味噌汁 | トマト | |
| 28 | 火 | 麦茶 | ほたてのかき揚げ | 海藻サラダ | ちくわのすまし汁 | みかん | |
| 29 | 水 | 麦茶 | ぶりオニオンソース | 厚揚げ豆ごまサラダ | コーンスープ | オレンジ | |
| 30 | 木 | 麦茶 | 豆腐と豚肉の中華煮 | 焼き餃子 | 卵スープ | ミニトマト | |
| 31 | 金 | 麦茶 | ミートソーススパゲティ | フルーツサラダ | 野菜とベーコンのスープ | | |

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供する事ができません。
 献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、担任にお伝えください。

★1月21日は、誕生会・給食試食会です。
 試食会の申し込みは担任までお声かけください♪



はスプーン、フォークを持ってきてください。



毎月19日はいただきますの日



献立表

Main table with columns for days of the week (月曜日 to 土曜日) and rows for meals (e.g., 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31). Each cell contains a meal name and its ingredients.

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。