

1月の予定献立表

発行日：平成31年1月4日

月

火

水

木

金

土

午前おやつ		1	2	3	4	お茶・せんべい	5	お茶・せんべい				
昼食		元旦	年始休園日	年始休園日	お弁当の日		お弁当の日					
午後おやつ					野菜ジュース・せんべい		野菜ジュース・せんべい					
午前おやつ	7	牛乳・クラッカー	8	牛乳・ブルー	9	牛乳・ウエハス	10	牛乳・クラッカー	11	牛乳・ビスケット	12	牛乳・ポーロ
昼食		七草ごはん とうふみそ汁 鶏肉のつけ焼き ブロッコリーのサラダ	ごはん かぼちゃみそ汁 さかなのパン粉焼き 大根サラダ・みかん	豚肉チャーハン まいたけのスープ ぎょうざ 華風サラダ	ロールパン 野菜のスープ スパニッシュオムレツ さつま芋サラダ	ごはん すまし汁 魚のカレー風味焼き 卵とほうれん草のソテー	親子丼 みそ汁 キャベツのごま和え オレンジ					
午後おやつ		牛乳・きな粉バナナ	牛乳・小倉蒸しパン	牛乳・レーズンクッキー	スキムミルク おにぎり・いりこ	牛乳・じゃがいももち	牛乳・まんじゅう					
午前おやつ	14		15	牛乳・ビスコ	16	牛乳・せんべい	17	ジュース・クラッカー	18	牛乳・せんべい	19	牛乳・せんべい
昼食		成人の日	味噌煮込みうどん さつま芋の天ぷら 小松菜の和え物 みかん	ごはん 野菜のスープ さかなのコーンマヨ焼き キャベツのツナ和え	そぼろ丼 みそ汁 ひじきサラダ バナナ	【食育の日】 ごはん 太平燕(タイピーエン) れんこんのはさみ焼 ブロッコリー黒ごまサラダ	ハヤシライス ミモザサラダ ヨーグルト					
午後おやつ			牛乳・ジャムサンド	牛乳・五平もち	牛乳・ラスク	牛乳・いきなり団子	お茶・ビスケット					
午前のおやつ	21	牛乳・ビスケット	22	牛乳・ビスコ	23	牛乳・クラッカー	24	牛乳・せんべい	25	牛乳・ブルー	26	牛乳・ポーロ
昼食		ごはん キャベツのスープ さかなのムニエル ポテトサラダ	ごはん 豚汁 レバーと芋の甘辛煮 もやしの彩りあえ	ゆかりごはん すまし汁 肉じゃが キャベツの酢の物	ポテトサンド 野菜のスープ とうふのピカタ にんじんマリネ フルーツカクテル	ごはん みそ汁 魚のステキソースかけ 梅ドレッシングサラダ	スパゲティーナポリタン 豆乳スープ コールスローサラダ					
午後おやつ		スキムミルク・とうふ団子	牛乳・麩のラスク	牛乳・バナナ蒸しパン	スキムミルク・おにぎり かみかみこんぶ	牛乳・ごまだんご	牛乳・カステラ					
午前おやつ	28	牛乳・ウエハス	29	ジュース・ビスケット	30	牛乳・せんべい	31	牛乳・ビスケット				
昼食		【お誕生会】 チキンライス キャベツのスープ グラタン ツナユンサラダ	ごはん 春菊すまし汁 鶏肉の和風あんかけ ごぼうのきんぴら	蓮根入りカレーライス 大豆のコロコロサラダ バナナヨーグルト	ごはん みそ汁 擬製豆腐 三色野菜のソテー							
午後おやつ		お茶・ブアマンケーキ	牛乳・ジャコトースト	お茶・チズホッケキ	牛乳・コンフレクスナック							

給食だより

- ・新年、おめでとうございます。
今年もよろしくお願ひいたします。
- ・4、5日はお弁当の準備をお願いします
- ・春の七草(七草がゆ)
- 1月7日はせり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろが入った、七草がゆを食べ胃腸をいたわり、無病息災を願ひます。園では七草ごはんを提供します。
- ・18日は食育の日。熊本県の献立です。
春雨とたくさんの野菜で作る太平燕(タイピーエン)は明治時代、華僑により伝来し熊本中華料理店では定番メニューになっています。いきなり団子は生の“さつま芋をいきなり包んで団子にする”ことが名前の由来です。お楽しみに

献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	540kcal	489 kcal
たんぱく質	22.9 g	19.5g
脂質	14.8g	13.9g

☆献立を変更する場合がございます。

