



1月の献立

	月	火	水	木	金	土	
※ 昼食	 <p style="text-align: center;">☆お知らせ☆ 組さんは、1月22日(金)サンドイッチ作りを行います。 今月のお誕生日会は、1月27日(水)に行います。</p>  					1	2
おやつ							
※ 昼食	4	5	6	7	8	9	
	オムライス 春雨サラダ スープ	けんちんうどん 卵入りサラダ	カレーピラフ 大根サラダ チキンスープ	ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ 即席漬け	レーズンパン コーンシチュー みかんサラダ	パン スープ 果物	
おやつ	牛乳 シュガーラスク	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 ホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい	
※ 昼食	11	12	13	14	15	16	
	成人の日	焼きそば わかめサラダ スープ	ひじきご飯 南瓜サラダ つくね味噌汁	ご飯 みそ汁 豚の生姜焼き ごまサラダ	黒糖パン ワントンスープ りんごサラダ	パン スープ 果物	
おやつ		牛乳 五平餅	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 チーズ蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい	
※ 昼食	18	19	20	21	22	23	
	ご飯 みそ汁 魚の照り焼き 胡麻酢和え	サンマー麺 ひじきポテサラ	豚丼 ちりめんサラダ さつま汁	ご飯 みそ汁 茸ハンバーグ 茹で野菜	二色サンド クリームシチュー マカロニサラダ	パン スープ 果物	
おやつ	牛乳 さつま芋のバター焼	牛乳 ウインナー巻き	牛乳 りんご寒天	牛乳 マーブルホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい	
※ 昼食	25	26	27	28	29	30	
	ご飯 すまし汁 魚の味噌煮 千草和え	カレーライス コールスロー スープ	にゅうめん ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 肉豆腐 酢の物	バターロール 貝沢山スープ パインサラダ	パン スープ 果物	
おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 みかんゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 黒糖蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい	



1ヵ月の平均栄養量	エネルギー	465kcal
	たんぱく質	16.9g
	カルシウム	234mg
	鉄	1.9mg
	ビタミンC	28mg

間食献立表 (延長保育を希望される場合に提供)



月	火	水	木	金
おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物	おにぎり すまし汁 果物	おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物

※材料は 納品状況などにより、メニューの変更がある場合があります。

※朝のおやつは せんべいと牛乳、又はビスケットと牛乳などがあります。

※昼食には、オレンジ・キウイ・バナナ・りんご・パインなどの果物が付きます。季節・入荷により変更が有ります。

※土曜保育のお申込みは、前月の20日までにお願い致します。

※間食をご利用いただく場合は、ご利用いただく 前週の水曜日の朝までにお知らせください。

※延長おやつは、パンと牛乳、又はビスケットと白湯が付きます。

※線より下は午後おやつになります。 ※金曜日は、昼食に牛乳を飲みます。

