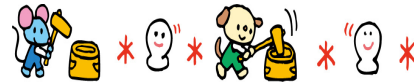




1月の献立



	月	火	水	木	金	土
						1
昼食	3 	4 カレーピラフ マカロニサラダ スープ	5 けんちんうどん 卵入りサラダ	6 ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ 即席漬け	7 レーズンパン コーンシチュー みかんサラダ	8 パン スープ 果物
おやつ		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	10 成人の日	11 焼きそば 大根サラダ わかめスープ	12 ひじきご飯 南瓜サラダ つくね味噌汁	13 ご飯 みそ汁 豚の生姜焼き 胡麻サラダ	14 黒糖パン ワントンスープ りんごサラダ	15 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	17 ご飯 みそ汁 魚の照り焼き 胡麻酢和え	18 サンマー麺 ひじきのポテサラ	19 豚丼 ちりめんサラダ さつま汁	20 ご飯 みそ汁 ハンバーグ 茹で野菜	21 食パン クリームシチュー マカロニサラダ	22 パン スープ 果物
おやつ	牛乳 大学芋	牛乳 お麩スナック	牛乳 りんごゼリー	牛乳 ココアホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
昼食	24 ご飯 みそ汁 魚のホイル焼き 甘酢和え	25 カレーライス コールスロー スープ	26 にゅうめん ポテトサラダ	27 ご飯 みそ汁 肉豆腐 酢の物	28 バターロール 具沢山スープ パインサラダ	29 パン スープ 果物
おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 オレンジ寒天	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
昼食	31 ご飯 すまし汁 魚の味噌煮 千草和え					
おやつ	牛乳 ドーナツ					

1ヵ月の平均栄養量 (1日)	エネルギー	452kcal
	たんぱく質	16.4g
	カルシウム	203mg
	鉄	1.6mg
	ビタミンC	30mg

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。
- 朝のおやつ時間 (9:05) に間に合わない場合は提供できませんのでご了承ください。
- ※昼食には、みかん・キウイ・バナナ・りんご・パインなどの果物が付きます。季節・入荷により変更があります。
- ※土曜保育のお申込みは、前月の20日までをお願い致します。
- ※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、又はビスケットと牛乳が付きます。
- ※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。