




# 1月の献立表(2号認定こども用)

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木) <small>汁碗の日</small>	11日(金)
ごはん さばの塩焼き 牛肉とごぼうのしぐれ煮 さつま芋の天ぷら ほうれん草のもみのり和え みかん	<b>お弁当の日</b> 	<b>お弁当の日</b> 	炊き込みごはん さわらのチーズパン粉焼き ボイルウインナー・リーフ 里芋のそぼろ煮 かぼちゃサラダ かぶのみそ汁  バナナ	ごはん たらのみそ焼き 厚揚げと牛肉の煮物 イカリング スパゲティサラダ 黄桃
エネルギー 401kcal たんぱく質 13.6g 脂質 11.6g			エネルギー 436kcal たんぱく質 18.6g 脂質 13.8g	エネルギー 404kcal たんぱく質 15.5g 脂質 12.6g
15日(火)	16日(水)	17日(木) <small>お茶碗の日</small>	18日(金)	21日(月) <small>お茶碗の日</small>
雑穀米おにぎり チキン南蛮タルタルかけ 大根と豚肉の煮物 カットコーン リーフ  みかん	ごはん あじごま天ぷら ナポリタン 煮しめ 白菜のゆず和え ミニゼリー  牛乳	赤米 さけのレモン幽庵焼き チヂミ はなっこりー豚肉炒め 切干大根はりはり漬 りんご 	ごはん チキンチキンごぼう ふかし芋 小松菜煮浸し 大根サラダ いよかん	麦ごはん  鶏のから揚げ・リーフ ひじき煮 枝豆 ほうれん草ともやしのナムル キャンディチーズ
エネルギー 413kcal たんぱく質 17.5g 脂質 16.3g	エネルギー 446kcal たんぱく質 21.5g 脂質 11.3g	エネルギー 407kcal たんぱく質 15.6g 脂質 12.8g	エネルギー 416kcal たんぱく質 12.8g 脂質 13.2g	エネルギー 455kcal たんぱく質 18.2g 脂質 18.3g
22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	28日(月)
ごはん さばのみそ照り焼き ほうれん草ときのごソテー きんぴらごぼう ポテトサラダ  いよかん 牛乳	おかかごはん さけのタルタル焼き ちくわの磯辺揚げ チリコンカン 切干しナムル  いちごゼリー	ごはん チンジャオロース 揚げしゅうまい・リーフ ブロッコリーチーズ焼き 春雨の酢の物 バナナ	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツとかまぼこのソテー れんこん天ぷら ごぼうサラダ	ごはん プルコギ ポテトフライ 千草焼き 水菜サラダ オレンジ
エネルギー 453kcal たんぱく質 15.9g 脂質 14.7g	エネルギー 402kcal たんぱく質 15.5g 脂質 12.9g	エネルギー 400kcal たんぱく質 14.5g 脂質 12.9g	エネルギー 470kcal たんぱく質 18.1g 脂質 16.9g	エネルギー 416kcal たんぱく質 13.2g 脂質 16.3g
29日(火)	30日(水) <small>汁碗の日</small>	31日(木)	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <h2 style="text-align: center; color: green;">うどんの日</h2> <p>               今月は、けんちんうどんを食べに行きます。                日程は、次のようになっています。                16日(水)ゆり・きく                 21日(月)ひまわり・すみれ                22日(火)さくら・うめ                23日(水)ばら・たんぽぽ・すずらん                28日(月)もも・ちゅうりっぷ             </p> <p> <b>サイドメニュー</b>                年少…おにぎり(食べたい子のみ)・フルーツ                年中長…おにぎり・フルーツ             </p> </div>	
ゆきだるまカレーライス かぶサラダ  カットコーン りんご	ごはん さんまの塩焼き 厚焼き卵  人参しりしり ひじきサラダ とうふとわかめのすまし汁 中華ポテト	ごはん とんとんれんこん 高野豆腐含め煮 ブロッコリーしらす炒め キャベツごま酢和え バナナ		
エネルギー 463kcal たんぱく質 14.8g 脂質 16.5g	エネルギー 456kcal たんぱく質 18.2g 脂質 15.8g	エネルギー 414kcal たんぱく質 17.1g 脂質 11.5g		

※仕入の都合により、メニューを変更する場合がございますので、ご了承ください。

※幼稚園のホームページでは、カラー写真でご覧いただけます。

※  の日は「おおきな おみみで聞いてみよう!」の取り組みの日です。

※  の日は必ずスプーンを持ってきてください。