



1月の給食献立表

日	曜	行事予定	給食献立	主な材料			おやつ
				からだをつくるもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	熱や力のもとになるもの(黄)	
4	木	縦割り保育(お弁当日)	☆お弁当日☆				
5	金	布団持ち込み 初登園・お参り	カレーうどん・ナムル・りんご	豚肉・油揚げ ツナ	玉ねぎ・人参・ねぎ・干しいたけ・もやし・きゅうり・りんご	米・うどん	ミルク・さつまいも入り蒸しパン
6	土	土曜保育	肉じゃが・小松菜の浸し・みかん	豚肉	人参・玉ねぎ・小松菜・みかん	米・じゃがいも	お茶・クッキー
9	火	安全点検	蓮根と白菜の松風焼き・大根の酢の物・さつまいもの甘煮きんとん風・みかん	鶏肉・卵	蓮根・人参・白菜・大根・さつまいも・みかん	米	お茶・七草がゆ
10	水	卒園児写真撮影 13:30~ (青組)	豚肉のいなか煮・がじつ和え・バナナ	豚肉・白ごま 蒸しあなご	人参・玉ねぎ・さやいんげん・干しいたけ・板こんにゃく・ほうれん草・バナナ	米・じゃがいも	ミルク・イーストドーナツ
11	木		ムニエル・金時人参とチンゲン菜のナムル・蓮根のおかか煮・りんご	鮭	金時人参・チンゲン菜・もやし・蓮根・りんご	米	ミルク・ヨーグルト和え
12	金	絵本貸し出し	コロッケ・茹キャベツ・ひじきの煮付・みかん	牛肉・豚肉 油揚げ	玉ねぎ・キャベツ・干しひじき・人参・みかん	米・じゃがいも さつまいも	ミルク・ウインナーパイ
13	土	土曜保育	焼きそば・スティックきゅうり・バナナ	豚肉	人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし・きゅうり・バナナ	米・中華めん	お茶・マーブルケーキ
15	月		煮魚・ごま酢和え・にんじんの甘煮・バナナ	さば・油揚げ 白ごま	生姜・キャベツ・きゅうり・もやし・人参・バナナ	米	ミルク・あんまん
16	火	避難訓練	味噌おでん・茹ブロッコリー・みかん	鶏肉・卵 白ごま	板こんにゃく・大根・人参・ブロッコリー・みかん	米・さといも	お茶・にゅうめん
17	水	オープンスクール (ふれあい遊び・ベビーマッサージ)	炒めビーフン・かえりの佃煮・りんご	豚肉・えび 白ごま かえりいりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・白菜・干しいたけ・生姜・グリーンピース・りんご	米・ビーフン・	ミルク・ボンデケージョ
18	木		鶏肉の塩焼き・キャベツのレモン酢和え・さつまいもの煮付・バナナ	鶏肉 しらす干し	キャベツ・きゅうり・人参・わかめ・バナナ	米・さつまいも	ミルク・フルーツ寒天
19	金	絵本貸し出し 布団持ち帰り	肉団子スープ・ジャコサラダ・柑橘類	牛肉・豚肉・卵 しらす干し	玉ねぎ・生姜・干しいたけ・人参・ねぎ・もやし・キャベツ・きゅうり・柑橘類	米・春雨	ミルク・ジャムパイ
20	土	土曜保育	豆腐と白菜の煮物・ペイクドポテト・りんご	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・しめじ・生姜・りんご	米・じゃがいも	お茶・マドレーヌ
22	月		魚のさざれ焼・和風サラダ・人参の甘煮・バナナ	鮭・白ごま	大根・きゅうり・ホールコーン・わかめ・人参・バナナ	米	ミルク・大学いも
23	火		ハッシュドビーフ・大根ときゅうりの和風サラダ・柑橘類	牛肉	人参・玉ねぎ・しめじ・グリーンピース・大根・きゅうり・柑橘類	米	ミルク・じゃこのせトースト
24	水	身体測定	野菜入りチキンナゲット・ほうれん草と春雨のサラダ・粉ふきいも・バナナ	鶏肉・卵 ロースハム	玉ねぎ・人参・ほうれん草・バナナ	米・じゃがいも・春雨	ミルク・オレンジババロア
25	木	交通訓練	魚の照焼き・茹ブロッコリー・蓮根のごまマヨサラダ・柑橘類	さわら 白すりごま	生姜・ブロッコリー・蓮根・人参・ほうれん草・干しひじき・柑橘類	米	お茶・いなり寿司
26	金	誕生日会 絵本貸し出し	★お誕生会お楽しみ献立★~ご飯はいりません~ 人参ご飯・白身魚の磯辺揚げ・短冊サラダ・味噌汁・バナナ	メンタイ しらす干し・卵	人参・パセリ・人参・大根・きゅうり・ホールコーン・えのきたけ・ねぎ・わかめ・バナナ	米	りんごジュース 食パンオムレット
27	土	土曜保育	炒め豆腐・白菜の浸し・柑橘類	豚ミンチ・豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ・白菜・柑橘類	米	お茶・黒蒸しパン
29	月	こども園利用料口座振替日	焼魚・野菜の煮付・バナナ	鮭・高野豆腐	人参・大根・さやいんげん・バナナ	米・じゃがいも	ミルク・クッキー
30	火		鶏肉の照焼き・ほっこり白和え・茹ブロッコリー・柑橘類	鶏肉・ツナ 白ごま・豆腐	生姜・人参・さつまいも・ほうれん草・ブロッコリー・柑橘類	米・さつまいも	ミルク・ねぎ焼き
31	水		のっぺい汁・納豆の磯和え・りんご	豚肉・竹輪 油揚げ ひきわり納豆	人参・大根・里芋・板こんにゃく・しめじ・ねぎ・りんご	米・さといも	お茶・中華風おこわ

