



1月の献立表



日	曜	昼 食	未満児献立	お や つ	6時のおやつ
4	火	サーモンシチューライス、わかめスープ、春雨のマヨサラダ、ヨーグルト		芋ようかん	せんべい
5	水	ごはん、味噌汁、松風焼き、ごま和え、ヨーグルト		牛乳寒天	バナナ
6	木	ごはん、豆乳汁、大根のそぼろ煮、ちくわの酢の物、チーズ、ヨーグルト		黒糖蒸しパン	スティックケーキ
7	金	フルーツサンド、ミネストローネ、ポパイサラダ、ヨーグルト		七草がゆ	みかん
8	土	焼きそば、ココロスープ、バインヨーグルト		牛 乳 菜っ葉おにぎり	お菓子
10	月	成 人 の 日			
11	火	ごはん、味噌汁、中華風うま煮、華風サラダ、ヨーグルト		かぼちゃのケーキ	バナナ
12	水	▲誕生会▲ 生姜の炊き込みご飯、すまし汁、鮭のごま甘酢照り焼き、彩りポテマヨ和え、りんご		コーンフレークヨーグルト	せんべい
13	木	スパゲティミートソース、さつまいものスープ、コールスローサラダ、ヨーグルト		昆布おにぎり	みかん
14	金	ごはん、味噌汁、豆腐の五目焼き、いそべ和え、バナナ		いちごの ヨーグルトムース	スティックケーキ
15	土	ちゃんぽんうどん、ポテトのチーズ焼き、ピーチヨーグルト		牛 乳 わかめおにぎり	お菓子
17	月	カレーライス、かぶのスープ、白菜サラダ、みかん		スキムココア お菓子	せんべい
18	火	ごはん、味噌汁、海苔鶏から揚げ、ブロッコリーの和風マヨネーズ、ヨーグルト		くるくるスティック	バナナ
19	水	ごはん、かきたま汁、高野豆腐の五目煮、きゅうりの福神和え、ヨーグルト		マーレードケーキ	みかん
20	木	ごはん、味噌汁、蒸しさばの照りつけ、納豆和え、ヨーグルト		ピザトースト	スティックケーキ
21	金	焼きそばパン、たらのスープ、もやしサラダ、ヨーグルト		ポパイ炒飯	バナナ
22	土	五目ビーフン、かぼちゃのスープ、バナナヨーグルト		牛 乳 ゆかりおにぎり	お菓子
24	月	ごはん、味噌汁、鶏肉の香味炒め、温野菜サラダ、ヨーグルト		きな粉の スノーボール	みかん
25	火	チーズ納豆ご飯、豚汁、ひじきの五目煮、ヨーグルト		ゼリーケーキ	せんべい
26	水	ごはん、キャベツスープ、コロケ、ごぼうサラダ、りんご		ぶるるん ヨーグルトゼリー	バナナ
27	木	ごはん、すまし汁、生揚げの味噌炒め、酢の物、ヨーグルト		ココロ キャラメルラスク	スティックケーキ
28	金	ごま塩ご飯、味噌汁、鮭のきんとん焼き、ブロッコリーのごま和え、ヨーグルト	ごま塩 おにぎり	ブルーベリーケーキ	みかん
29	土	スパゲティナポリタン、野菜コーンスープ、みかんヨーグルト		牛 乳 菜っ葉おにぎり	お菓子
31	月	ごはん、味噌汁、擬製豆腐、ツナ和え、ヨーグルト		りんご蒸しパン	スティックケーキ
2/1	火	ビビンバ丼、ワンタンスープ、さつまいものオレンジ煮、ヨーグルト		人参のボンデケーキ	みかん
2/2	水	ごはん、味噌汁、鶏肉の西京焼き、野菜ソテー、バナナ		ヨーグルトドリンク チーズ、お菓子	せんべい
2/3	木	鬼おにぎり、いわしのつみれ汁、まめまめサラダ、みかん		鬼柄ケーキ	バナナ

献立は変更する場合があります。

プチクッキング

1月12日 (水)

ゆり、ばら

コーンフレーク
ヨーグルト



コーンフレークとフルーツソースのトッピングを楽しみますよ♪

1月21日 (金)

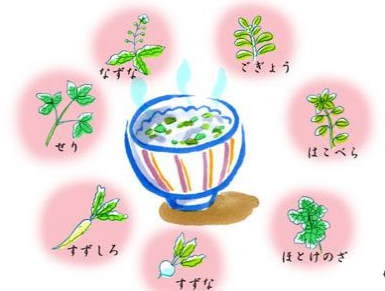
ひまわり

焼きそばパン



パンの切れ目に焼きそばを自分たちで挟みます！

七草粥 1/7 (金)



午後のおやつに七草がゆを食べますよ。七草がゆは、正月料理をたくさん食べて大忙しだった胃を休めたり、野菜が不足しがちな冬を健康に過ごすという意味で食べられるようになりました。