



1月の献立予定表



武内保育園

日	曜	副 食 (共 通)	未満児			お や つ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
4	土	ビーフン炒め,肉じゃが,わかめの味噌汁,ふりかけ	麦ごはん				せんべい
6	月	鶏肉のとろろま煮,チーズ納豆,豚汁,ゼリー	麦ごはん	エビのケチャップ煮	コーンフレーク	いりこ	ミルク,麩ラスク
7	火	お弁当の日			ジュース,チーズ	いりこ	七草がゆ
8	水	ミートソーススパゲティ,豆腐サラダ,大根の味噌汁 みかん	麦ごはん	がんもの煮物	バナナ	いりこ	おむすび (さけたかな)
9	木	魚のラビコットソースかけ,大豆の磯煮,玉ねぎの味噌汁 りんご	麦ごはん	じゃが芋の そぼろ煮	いりこ	いりこ	牛乳,ジャムサンド
10	金	マカロニグラタン,大根のそぼろ煮,にらの味噌汁,バナナ	麦ごはん	レバーの甘辛煮	牛乳,パン	いりこ	ジュース,わらび餅
11	土	中華丼,ブロッコリーのマヨネーズ和え,豆腐の味噌汁	麦ごはん				おむすび (わかめ)
14	火	松風焼,南瓜のクリーム煮,えのきの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	納豆和え	コーンフレーク	いりこ	ミルク ハムチーズサンド
15	水	丸天うどん,ハムとしめじのサラダ,味付け海苔,みかん	麦ごはん	金平れんこん	バナナ	いりこ	おむすび(うめ)
16	木	鶏の中華風味揚げ,三色和え,厚揚げの味噌汁,りんご	麦ごはん	野菜炒め	いりこ	いりこ	ジュース, 黒糖蒸しパン
17	金	魚のベーコン蒸し,高野豆腐の卵とじ,大根の味噌汁 バナナ	麦ごはん	野菜ビーンズ	牛乳,パン	いりこ	ケーキ
18	土	麻婆豆腐,肉野菜炒めだくさん味噌汁,ふりかけ	麦ごはん				おむすび(しお)
20	月	鶏肉のトマト煮,中華炒め,南瓜の味噌汁,みかん	麦ごはん	煮奴	コーンフレーク	いりこ	おむすび(やさい)
21	火	八宝菜,チーズ納豆,チンゲン菜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	粉ふき芋	ジュース ビスケット	いりこ	ミルク,カリンコ揚げ
22	水	焼きそば,ひじきサラダ,麩の味噌汁,りんご	麦ごはん	エビの天ぷら	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	おむすび (しそおかか)
23	木	ちくわの肉詰め,大豆サラダ,もやしの味噌汁,バナナ	麦ごはん	ごぼうのみそ煮	いりこ	いりこ	牛乳ホットドック
24	金	ハヤシライス,アーモンド和え,大根のそぼろ煮,みかん	麦ごはん	ハンバーグ	牛乳,パン	いりこ	ジュース,マドレーヌ
25	土	親子そうめん,ほうれん草のごま和え,味付け海苔	麦ごはん				おむすび(ゆかり)
27	月	鮭のホイル蒸し,ポテトサラダ,白菜の味噌汁,バナナ	麦ごはん	肉団子	コーンフレーク	いりこ	おむすび(ごぼう)
28	火	手作りシューマイ,五目金平,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	南瓜の煮物	ジュース,チーズ	いりこ	ミルク,大学トースト
29	水	ちゃんぽん,ごぼうサラダ,ふりかけ,りんご	麦ごはん	焼き魚	のむヨーグルト クラッカー	いりこ	おむすび(わかめ)
30	木	南瓜コロッケ,ひじき炒め,大根の味噌汁,みかん	麦ごはん	エビマヨネーズ和え	いりこ	いりこ	ぜんざい
31	金	キャベツのキッシュ,中華サラダ,厚揚げの味噌汁,バナナ	麦ごはん	肉じゃが	牛乳,パン	いりこ	ジュース 大豆とジャコの甘煮

給食だより

先月、もちつき会を行いました

子どもたちに今日はもちつき会だよ！と声をかけると、「知っとるー！朝ごはんばいつもより少なく食べた！」と、おもちを食べる気満々で登園してきました◎砂糖醤油、きな粉の味を準備し、自分たちで丸めて食べました。おもちを食べて、そのあとの給食は入るかなあ？と心配していましたが、なんのその。残菜なく戻ってきました！自分で丸めたおもちはずっと美味しかったようです♪

春の七草

お正月はおいしいごちそうがたくさん。子どもも大人もついつい食べ過ぎてしまいがちです。七草がゆは、そんな食べ過ぎて疲れた胃腸をいたわり、家族の無病息災を願って食べるものだといわれています。

保育園では1月7日に『七草がゆ』を作り、おやつ時間にみんなでいただきます。

みんなは七草の名前を言えるかな～？

せり なすな ごぎょう

はこべら ほとけのざ

すずな すずしろ



今月はみんなが育ててくれた大根を給食に使用しています！



*今月1月7日(火)は「お弁当の日」です