

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	水	貝うどん,大根のおかか和え,チーズ納豆,ゼリー	麦ごはん	粉ふき芋	いりこ	いりこ	おむすび(たかな)
5	木	魚の野菜あんかけ,かんころ煮しめ,わかめの味噌汁 バナナ	麦ごはん	煮奴	みかん	するめ こんぶ	ミルク ちんすこう
6	金	お弁当の日			牛乳 パン	いりこ	七草がゆ
7	土	マーボー豆腐,スパゲティサラダ,麩の味噌汁	麦ごはん		☆おむすび☆		おむすび(ツナマヨ)
10	火	チキンカレー,バンバンジーサラダ,りんご	麦ごはん	えびの天ぷら	コーンフレーク	いりこ	牛乳 じゃこトースト
11	水	あんかけ焼きそば,ポークビーンズ,コンソメスープ,みかん	混ぜご飯		のむヨーグルト チーズ	いりこ	おむすび (おかかチーズ)
12	木	鶏の中華風香味揚げ,三色和え,豚汁,ゼリー	麦ごはん	五目煮	いりこ	いりこ	ミルク ホットケーキ
13	金	魚のカラフル焼き,かぼちゃとささみのごま和え 大根の味噌汁,バナナ	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳 パン	いりこ	ジュース 大学芋
14	土	三色丼,中華炒め,すまし汁	麦ごはん		☆おむすび☆		おむすび(のり)
16	月	生姜焼き,桜エビのサラダ,白菜の味噌汁,りんご	麦ごはん	南瓜の煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (しおっぺえだまめ)
17	火	八宝菜,高野豆腐の煮物,チンゲン菜の味噌汁ゼリー	麦ごはん	納豆和え	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	ジュース たこ焼き
18	水	ミートソーススパゲティ,ツナサラダ,大根の味噌汁,みかん	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	ケーキ
19	木	南瓜コロッケ,大豆の磯煮,すまし汁,バナナ	麦ごはん	チンゲン菜と ツナの和え物	いりこ	いりこ	ミルク ココア蒸しパン
20	金	鮭の塩焼き,チンジャオロース,えのきの味噌汁,りんご	麦ごはん	肉じゃが	牛乳 チーズ	いりこ	梅ジュース 大豆とじゃこの甘煮
21	土	親子そうめん,海藻サラダ,ふりかけ	麦ごはん		☆おむすび☆		おむすび(ごま塩)
23	月	シューマイ,ごぼうサラダ,大根の味噌汁ゼリー	麦ごはん	がんもの煮物	コーンフレーク	いりこ	☆おむすび(たぬき)
24	火	魚のベーコン蒸し,高菜チャンプルー,里芋の味噌汁,みかん	麦ごはん	ごぼうのみそ煮	のむヨーグルト ぜんべい	いりこ	ミルク マドレーヌ
25	水	ちゃんぽん,大豆サラダ,チーズ納豆,りんご	麦ごはん	肉団子	バナナ	いりこ	おむすび(いなり)
26	木	エビフライ,中華サラダ,すまし汁,バナナ	麦ごはん	金平れんこん	いりこ	いりこ	プリン
27	金	ハヤシライス,野菜のごま和え,みかん	麦ごはん	ハンバーグ	牛乳 ウエハース	いりこ	ジュース お好み焼き
28	土	ピピン丼,ジャーマンポテト,もやしの味噌汁	麦ごはん		☆おむすび☆		おむすび(うめ)
30	月	☆根菜野菜のつくねハンバーグ,ひじき炒め,大根の味噌汁 ゼリー	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	納豆巻き
31	火	魚のコーンポテト焼き,旨煮,すまし汁,バナナ	麦ごはん	大根の煮物	のむヨーグルト チーズ	いりこ	牛乳 カリッコ揚げ

給食だより

あけましておめでとうございます

年が明けて、清々しい日々をお過ごしのことと思います。
これから益々寒さが厳しい季節になります。よく食べ、よく遊び、
夜はよく眠れる生活リズムを整え、心身ともに健やかな体を
つくっていきましょう。
今年も子どもたちの健康をしっかりと支える給食を作っていきます。
よろしくお願いいたします。

- ・☆は新メニューです。
- ・6日(金)はお弁当の日となっています。準備をお願いします。

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、
そんな食べす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。
園では1月6日に「七草がゆ」を作り、おやつの
時間にみんなでいただきます。

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

