



1月予定献立表



月	火	水	木	金	土
 <p>あけましておめでとうございます。 今年は「午年」です。馬は前へと駆け抜けることから「力強さ」「前進」「飛躍」の年と言われています。今年も健康で過ごせるよう栄養満点の給食を作っていくたいと思います。みんなで力強く飛躍する一年にしましょう。</p>			1 元旦	2 年始休	3 年始休
5 朝食 もずく丼 切り干しサラダ ゆし豆腐 パイン缶 おやつ 麦茶・クラッカー プリン	6 朝食 胚芽ご飯 魚の胡麻ダレ焼き 五目きんぴら 大根の味噌汁 オレンジ おやつ ミルク ポーポー	7 新春もちつき大会 朝食 胚芽ご飯 すき焼き風煮つけ 南瓜天ぷら お雑煮・みかん おやつ 麦茶・バナナ ビスコ	8 朝食 ひりかけご飯 赤魚の照り焼き 胡瓜と大根の酢の物 冬瓜スープ ブルーン おやつ 豆乳 南瓜ポンデドーナツ	9 朝食 胚芽パン チーズハンバーグ コールスロー コンソメスープ パイン缶 おやつ 麦茶 みそおにぎり	10 朝食 鶏照り焼き丼 リンゴサラダ わかめスープ みかん おやつ ミルク・バナナ アンパンマンせんべい
12 成人の日 	13 朝食 胚芽ご飯 鮭の西京焼き バンバンジーサラダ 白菜の味噌汁 ブルーン おやつ 麦茶・りんご 鏡開き（せんざい）	14 朝食 胚芽ご飯 鶏のレモン風味焼き 青菜の胡麻サラダ アーサの味噌汁 みかん おやつ ミルク ちりじゃこトースト	15 お誕生日会 (お弁当) 	16 朝食 沖縄そば 白和えサラダ ヨーグルト おやつ 麦茶 鮭おにぎり	17 朝食 魚そぼろご飯 きやべつと鶏肉炒め 高野豆腐のすまし汁 りんご おやつ 豆乳 焼き芋
19 朝食 納豆ご飯 さやいんげん炒め イナムドウチ オレンジゼリー おやつ ミルク シリアルクッキー	20 朝食 黒米ご飯 さばの香味焼き ピーマン細切り炒め エノキのすまし汁 パイン缶 おやつ ミルク・ゴマ小魚 らんすこう	21 朝食 胚芽ご飯 ポークソテー ひじき炒め 豆腐のすまし汁 ブルーン おやつ ミルク・バナナ コーンフレーク	22 朝食 ひりかけご飯 豆腐と蓮根のつくね ほつれん草炒め じゃがいも味噌汁 型抜きチーズ おやつ 麦茶 スイートポテト	23 朝食 胚芽ご飯 鮭グラタン フロッコリーサラダ オニオンスープ オレンジ おやつ ミルク ピザトースト	24 朝食 ブルコギ丼 胡瓜と梅肉和え キノコスープ りんご おやつ ココア豆乳・バナナ はちゃぐみおこし
26 朝食 キッズピビンバ 大根サラダ わかめスープ パイン缶 おやつ ミルク ふむふむ	27 朝食 胚芽ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ブロックソテー炒め 豆苗の味噌汁 オレンジ おやつ ミルク あんパン	28 朝食 胚芽ご飯 チキンの南蛮漬け キャベツサラダ マカロニスープ たんかん おやつ 麦茶・クラッcker ピーチゼリー	29 朝食 胚芽ご飯 白身魚のチーズ焼き くるぶいりちー 青梗菜のすまし汁 ブルーン おやつ ミルク 芋餅団子	30 朝食 スペゲティー 白菜サラダ コーンスープ みかん おやつ 麦茶 わかめおにぎり	31 朝食 豚生姜焼き丼 ほうれん草おかか和え きやべつの味噌汁 りんご おやつ ミルク・バナナ 丸ぼうろ

※ 材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※ 初めて食べる食材やアレルギーを起こすおそれがある食材が含まれると思われる場合は前もってご相談ください。

※ 朝ごはんはしっかり食べてから登園しましょう。

※ ホームページの「食育」にも掲載しています。