


1月の献立表



旭ヶ岡保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----

4	5	6 茶道・食育	7 体育教室・フッ素	8 なおきくんリクエスト	9
親子うどん 野菜のゴマ和え りんご	ひまわり蒸し 春雨のスープ みかん	切干大根の含め煮 栄養すいとん 納豆	魚の揚げ煮 大根煮 厚揚げのみそ汁	マカロニグラタン 卵スープ みかん	お芋パン クリームシチュー チーズ
レバーの甘煮	卵のきんちゃく煮	マカロニのケチャップ炒め	ほうれん草のソテー	ツナサラダ	
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	りんごジュース	豆乳バナナ
ホットケーキ・牛乳	フライドポテト・牛乳	豆腐ドーナツ・コーヒー牛乳	きな粉団子・牛乳	ドーナツ・ビスケット・牛乳	無添加おやつ・牛乳

11 成人の日	12	13 誕生会	14 英会話・フッ素	15	16
	焼肉風野菜炒め 茶碗蒸し 納豆 ネギとハムのワンタン揚げ	干支ごはん・りんご ロールキャベツ ツナとコーンサラダ わかめのすまし汁	大豆の五目煮 じゃが芋のみそ汁 みかん 人参オムレツ	魚のムニエル ホットサラダ 大根のみそ汁 りんご	メロンパン 白菜とベーコンスープ みかん
	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	りんごジュース	豆乳バナナ
	ワッフル・せんべい・牛乳	ロールケーキ・牛乳	大学芋・ミルク	ウインナーパン・牛乳	無添加おやつ・牛乳

18	19	20 茶道・食育	21 体育教室・フッ素	22 かえでちゃんリクエスト	23
スパゲッティミートソース チンゲン菜のスープ りんご	肉じゃが 豆腐のみそ汁 納豆	みそカツ 春雨サラダ えのきのすまし汁 りんご	焼きさんま 豚汁 みかん 炒り豆腐	カレーライス 栄養サラダ りんご コーンコンソメ	黒糖パン 南瓜のスープ ソーセージ
粉ふき芋	ササミのピカタ	りんご	炒り豆腐	コーンコンソメ	
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	りんごジュース	豆乳バナナ
人参ケーキ・牛乳	アップルパイ・牛乳	豆乳餅・ミルク	ソフトせんべい・牛乳	鈴カステラ・クラッカー・牛乳	無添加おやつ・牛乳

25	26	27	28 英会話・フッ素	29	30
五目うどん 和風サラダ りんご	鶏の唐揚げ マカロニサラダ 青菜のすまし汁	すき焼き風煮 南瓜のみそ汁 みかん	魚のタルタルソース けんちん汁 ブロッコリー	おでん 白菜のみそ汁 納豆	お米のパン ビーフシチュー りんご
厚揚げの煮付け	みかん	春雨と卵の炒め物	レンコンのキンピラ	ウインナーソテー	
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	りんごジュース	豆乳バナナ
ミニピザ・牛乳	ふかし芋・ミルク	ウインナー蒸しパン・牛乳	ラスク・コーヒー牛乳	ふすまパン・牛乳	無添加おやつ・牛乳

～今月の年長さんの誕生者～

8日(金) なおき くん
22日(金) かえで ちゃん



献立表の見方

日付	行事
	給食(全員共通)
	3歳未満児の追加食
	10時のおやつ(3歳未満児のみ)
	3時のおやつ(全員)

「絵本から飛び出したおやつ」

今月は、6日(水)に予定しています。
絵本のタイトルは、「とうさんがね・・・。」
です。豆腐がどんなおやつに変身する
でしょうか？楽しみですね。



(栄養士 北村)