

1月給食予定献立表

日(曜)	3歳未満児	昼食献立名	午後おやつ
	午前おやつ		
4日(金)	かぼちゃポーロ お茶	ひじきごはん ツナじゃが みそ汁 桃缶	マカロニのみたらしあん 牛乳
5日(土)	せんべい お茶	ごはん かじきの甘酢焼き さつま芋とりんごの煮物 キャベツとコーンのスープ バナナ	かぼちゃ茶巾 牛乳
7日(月)	ヨーグルト	ごはん 豆腐入り松風焼き 紅白なます 煮豆 かまぼこ すまし汁	七草がゆ
8日(火)	せんべい 牛乳	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃの天ぷら みそ汁 みかん	スノウボウル 牛乳
9日(水)	ヨーグルト	ごはん さともコロッケ 白菜の昆布和え パイン缶 生姜風味なめこ汁	野菜サンド 牛乳
10日(木)	ビスケット 牛乳	ごはん ぶりのゆずみそ焼き れんこんサラダ みそ汁 りんご	肉まん 牛乳
11日(金)	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 スパゲッティ-サラダ トマトと大豆のスープ グレープフルーツ	フライドポテト 牛乳
12日(土)	かぼちゃポーロ お茶	ごはん たらのクリームコーン焼き ブロッコリースープ かぼちゃの洋風ソテー	バナナ せんべい 牛乳
15日(火)	ヨーグルト	ごはん わかめの天ぷら きゅうりの梅和え みかん 豆乳坦々スープ	マカロニのあべかわ 牛乳
16日(水)	せんべい お茶	ごはん 冬野菜と生揚げのカレー 白菜とりんごのサラダ ヨーグルト	キャラメルトースト 牛乳
17日(木)	ヨーグルト	ごはん さばのごま竜田揚げ 納豆和え どさんこ汁 オレンジ	ちくわパン 牛乳
18日(金)	ビスケット 牛乳	のり巻きおにぎり すき焼き風煮込み うーめん汁 グレープフルーツ	きなこクッキー 牛乳
19日(土)	せんべい お茶	ごはん かじきの甘酢焼き さつま芋とりんごの煮物 キャベツとコーンのスープ バナナ	かぼちゃのカレー風味チップ 牛乳
21日(月)	ヨーグルト	ごはん 豆腐入り松風焼き 大根サラダ すまし汁 りんご	ライスナゲット 牛乳
22日(火)	クラッカー 牛乳	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃの天ぷら みそ汁 みかん	プアマンケーキ 牛乳
23日(水)	ヨーグルト	ごはん さつまいもコロッケ 白菜の昆布和え パイン缶 生姜風味なめこ汁	パンプキンサンド 牛乳
24日(木)	ビスケット 牛乳	いなり寿司 ぶり大根 みそ汁 りんご	フライドポテト 牛乳
25日(金)	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のから揚げ甘辛がらめ 春雨サラダ ゼリー トマトとブロッコリーのスープ	高野豆腐のかりんとう 牛乳
26日(土)	かぼちゃポーロ お茶	ごはん たらのクリームコーン焼き ブロッコリースープ かぼちゃの洋風ソテー	バナナヨーグルト クラッカー
28日(月)	ヨーグルト	ごはん わかめの天ぷら きゅうりの梅和え みかん 豆乳坦々スープ	チーズクッキー 牛乳
29日(火)	せんべい お茶	ごはん チキンとほうれん草のカレー 白菜とりんごのサラダ フルーツヨーグルト	キャラメルトースト 牛乳
30日(水)	ヨーグルト	ごはん さんまのごま竜田揚げ 納豆和え みそ汁 桃缶	オニオンブレッド 牛乳
31日(木)	ビスケット 牛乳	のり巻きおにぎり すき焼き風煮込み すまし汁 グレープフルーツ	芋かりんとう 牛乳

献立は都合により変更になるときもあります。ご了承ください。



給与栄養量	(3歳未満児)	(3歳以上児)
エネルギー	527kcal	619kcal
たんぱく質	19.5g	22.3g
脂質	15.8g	18.7g
食塩相当量	1.6g	1.9g