

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前									1		2	
昼食									元日		冬休み	
午後												
午前	4	牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	5	牛乳100(乳児)、ピーチーズ	6	牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	7	牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	8	牛乳100(乳児)、マンナビスケット	9	牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	御飯、かき玉汁(ほうれん草)、肉じゃが、キャベツの胡麻マヨ和え		御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、さわらのみそマヨ焼き、かぼちゃのそぼろあんかけ、りんご		御飯、わかめスープ(キャベツ)、鶏つくねのケチャップ煮、ほうれん草のナムル		ケチャップスバゲティー、かぶのスープ、ひじきとにんじんのサラダ、ヨーグルト		御飯、みそ汁(じゃが芋・青菜)、鮭のムニエル、野菜炒め、バナナ		塩焼きそば、中華スープ、きゅうりの酢の物、きな粉ヨーグルト	
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、豆腐団子		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ホットケーキ		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつま芋のレモン煮		お茶・麦茶、七草粥		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ハニートースト		お茶・麦茶、ゆかりおにぎり	
午前	11		12	牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	13	牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	14	牛乳100(乳児)、ピーチーズ	15	牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	16	牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	成人の日		ハヤシライス・手作り、きゅうりとコーンのサラダ、フルーツヨーグルト		御飯、五目みそ汁(かぶ・あげ)、たらこの生姜煮、いんげんのごま和え		パン・ロールパン、たまごスープ(キャベツ)、ポテトグラタン、オレンジ		御飯、五目みそ汁(かぼちゃ・ごぼう)、あじのから揚げ、せん野菜の和風サラダ		ハムチャーハン、中華スープ(チンゲン菜)、キャベツとトマトの中華和え、ヨーグルト	
午後			お茶・麦茶、おしるこ、白玉(乳児)、もち(幼児)		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ココア蒸しパン		お茶・麦茶、カレーピラフ		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいものガレット		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、マカロニきな粉	
午前	18	牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	19	牛乳100(乳児)、マンナビスケット	20	牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	21	牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	22	牛乳100(乳児)、ピーチーズ	23	牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	三色どんぶり、わかめ汁(大根)、ちくわ磯辺揚げ、みかん		御飯、みそ汁(じゃが芋・長葱)、さわらの照り焼き、小松菜ともやし和え物		御飯、中華スープ、マーボーなす、中華風和え物(チンゲン菜)		パン・食パン、たまごスープ(キャベツ)、鮭のコーンクリームかけ、かぼちゃのサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)		御飯、さつま汁、チキンかつ、ひじきの煮物		焼きうどん・しょうゆ味、わかめスープ、ブロッコリーのごまあえ、バナナヨーグルト	
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ホットアップルケーキ		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、ピザトースト		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、大学芋		お茶・麦茶、五目ご飯		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フルーツのゼリーがけ		お茶・麦茶、ごま塩おにぎり	
午前	25	牛乳100(乳児)、プレミアムクラッカー	26	牛乳100(乳児)、カルシウムおかき(甘塩味)	27	牛乳100(乳児)、マンナビスケット	28	牛乳100(乳児)、カルシウムせんべい(甘醤油)	29	牛乳100(乳児)、鉄入りウエハース	30	牛乳100(乳児)、ハイハイ
昼食	カレーライス・手作り、たまねぎとセロリのスープ、ブロッコリーのマヨネーズあえ、グレープフルーツ		御飯、豆腐すまし汁(小松菜)、鮭のちゃんちゃん焼き、里芋の煮物		御飯、わかめスープ(コーン)、生揚げの中華五目煮、もやしとニラの和え物(ハム)		パン・ロールパン、野菜スープ(キャベツ)、たらこのトマト煮、ポテトサラダ、オレンジ、牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)		御飯、中華スープ(豆腐・卵)、シュウマイ、中華風あえ物(チンゲン菜)		ケチャップチキンライス、野菜スープ(キャベツ)、ジャーマンポテト、オレンジ	
午後	牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、小魚アーモンド、せんべい		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、コーンマヨネーストースト		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、フルーツ杏仁		お茶・麦茶、ひじきチャーハン		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつまいものケーキ		牛乳100(乳児)、牛乳130(幼児)、さつま芋の甘煮	

★1月の献立〈平均栄養量〉エネルギー・・・572(548)kcal、たんぱく質・・・21.4(21.2)g、脂質・・・15.7(17.3)g、食塩・・・2.0(1.8)g  
 ( )内は乳児(1~2歳)クラス

★納品等の都合により、献立は一部変更になる場合があります

★午前のおやつは乳児クラスのみ付きます

