



1月の献立表(離乳食)

あけましておめでとうございます。

これから寒さが厳しい季節になります。よく食べて、よく遊び、夜はよく眠れるよう生活リズムを整え、心身ともに健やかな体を作っていきましょう。今年も子どもたちの健康をしっかり支える食事を提供していきます。

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜	
2		3		4	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 ひじきの煮物 すまし汁 	5	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と野菜の煮物 大根のしらす煮 豆腐スープ 	6	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 煮魚 かぶのそぼろ煮 味噌汁 	7	<ul style="list-style-type: none"> ナポリタン(マカロニ) 野菜スープ
				3時	お茶・ほうれん草蒸しパン	3時	お茶・人参パンケーキ	3時	お茶・バナナパンケーキ	3時	お茶・自然菓子
9	成人の日	10	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみそ煮 野菜の煮物 わかめスープ 	11	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 ハンバーグ 野菜の煮物 すまし汁 	12	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 大根の煮物 味噌汁 	13	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚ときのこのとろみ煮 じゃが芋の煮物 わかめスープ 	14	<ul style="list-style-type: none"> ひじき丼 味噌汁
		3時	お茶・じゃがお焼き	3時	お茶・豆乳もち	3時	お茶・鮭とわかめの軟飯	3時	お茶・かぼちゃ蒸しパン	3時	お茶・自然菓子
16	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 肉じゃが 野菜のだし煮 味噌汁 	17	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と野菜の煮物 豆腐の煮物 味噌汁 	18	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 ひじきの煮物 すまし汁 	19	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と野菜の煮物 大根のしらす煮 豆腐スープ 	20	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 煮魚 かぶのそぼろ煮 味噌汁 	21	<ul style="list-style-type: none"> ナポリタン(マカロニ) 野菜スープ
3時	お茶 しらすとれんこんのお焼き	3時	お茶・マカロニ黄粉	3時	お茶・ほうれん草蒸しパン	3時	お茶・人参パンケーキ	3時	お茶・バナナパンケーキ	3時	お茶・自然菓子
23	<ul style="list-style-type: none"> 五目うどん ブロッコリーのだし煮 フルーツ(りんご) 	24	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚のみそ煮 野菜の煮物 わかめスープ 	25	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 ハンバーグ 野菜の煮物 すまし汁 	26	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 鶏団子の煮物 大根の煮物 味噌汁 	27	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 魚ときのこのとろみ煮 じゃが芋の煮物 わかめスープ 	28	<ul style="list-style-type: none"> ひじき丼 味噌汁
3時	お茶・肉入り蒸しパン	3時	お茶・じゃがお焼き	3時	お茶・豆乳もち	3時	お茶・鮭とわかめの軟飯	3時	お茶・かぼちゃの黄粉和え	3時	お茶・自然菓子
30	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 肉じゃが 野菜のだし煮 味噌汁 	31	<ul style="list-style-type: none"> 軟飯 豚肉と野菜の煮物 豆腐の煮物 味噌汁 	<p>春の七草とは、セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ(カブ)・スズシロ(ダイコン)です。7日に七草粥を食べると1年間病気にならず元気に過ごせると言われています。お正月に美味しいものを食べすぎて胃が疲れていませんか？七草粥で胃を休ませてあげるといいですね。園でも、6日に七草粥を食べます😊</p>							
3時	お茶 しらすとれんこんのお焼き	3時	お茶・さつま芋蒸しパン								

※食材の仕入れの関係でメニューが変更することがあります。

※朝のおやつは、お茶とフルーツ(または自然菓子)です。

がじゅまる保育園