

献立予定表 1月上旬

今月の目標 : しっかり良く噛んで食べましょう!

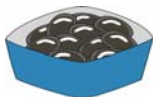
2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1日		年始休園日					
2月		年始休園日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。					
3火		年始休園日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。					
4水	ごはん 醤油昆布	れんこんの五目炒め 伊達巻き、黒豆 大根紅白なます、味噌汁 みかん	結び糸こんにゃく、砂糖 ごま油	卵、若鶏もも皮なし いりごま(白)	みかん、大根 れんこん、しめじ、人参 グリーンピース	麦茶 ウエハース	ミー せんべい
5木	ごはん 粉ふき芋	豚汁、マカロニサラダ 鶏つくね、かまぼこ ふりかけ、パイン缶	結び糸こんにゃく ミックスマカロニ マヨネーズ	豚バラ肉、白みそ 焼き豆腐、かまぼこ 魚肉ソーセージ いりごま(白)	白菜、パイン缶、玉葱 しめじ、レタス、きゅうり 人参、ねぎ	野菜 ジュース ビスケット	牛乳 りんご 蒸しパン
6金	ごはん 鮭缶	納豆オムレツ ほうれん草の春雨和え さつま芋の甘煮 ミニトマト、スープ	油、春雨 さつま芋	卵、挽きわり納豆	もやし、ミニトマト ほうれん草、人参 万能葱	麦茶 クラッカー	コーラス ジャム付き クラッカー
7土	ごはん いんげん 煮物	肉じゃが 小松菜ツナ和え、卵豆腐 味噌汁、黄桃缶	じゃが芋 結び糸こんにゃく ごま油	若鶏もも皮なし、ツナ缶 魚肉ソーセージ	玉葱、人参、小松菜 キャベツ、グリーンピース 黄桃缶	緑茶 クッキー	ぶどう ジュース ウエハース
8日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。					
9月		成人の日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。					
10火	ごはん チーズ	エビカレー キャベツサラダ ミートボール、枝豆 パイン缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	魚肉ソーセージ 脱脂粉乳	パイン缶、キャベツ 玉葱、きゅうり、枝豆 人参、コーン缶 グリーンピース	野菜 ジュース ビスケット	牛乳 揚げ菓子
11水	ごはん 豆腐の 煮物	鶏肉のケチャップ煮 大根サラダ うずら卵煮物、味噌汁 りんご	油、マヨネーズ	若鶏もも皮なし うずら卵水煮缶	黄桃缶、玉葱、大根 レタス、きゅうり、しめじ コーン缶、人参 グリーンピース	緑茶 せんべい	スポロン かりんとう
12木	おにぎり 	ミニオムレツ ポテトフライ シルバーサラダ、スープ ミニゼリー	マヨネーズ、春雨、油 じゃが芋	卵、豚ひき肉 魚肉ソーセージ	玉葱、人参、レタス きゅうり、わかめ	麦茶 クッキー	いちごみるく ドーナツ
13金	ごはん かまぼこ	豚肉の野菜炒め とろろてんサラダ 生揚げ煮、すまし汁 鮭フレーク、みかん	油、ごま油	豚バラ肉 魚肉ソーセージ 生揚げ	みかん、とろろてん もやし、玉葱、レタス きゅうり、人参、ふのり 万能葱	緑茶 ウエハース	ゼリー せんべい
14土	ごはん 大根煮物	豚肉と人参の炒り煮 ソーセージソテー もずくの酢の物、スープ パイン缶	結び糸こんにゃく 春雨、油	魚肉ソーセージ 豚肩ロース かにふぶき	パイン缶、人参 きゅうり、玉葱 生わかめ、万能葱 あおのり	りんご ジュース クラッカー	牛乳 揚げ菓子
15日		*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。					
給食室から		※6日は食育の日として「しっかり良く噛んで食べましょう」についての話をします。 * 12日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。					

☆お正月料理の豆知識☆

- 「黒豆」 この一年をまめ(まじめ)に働き、まめ(健康)に暮らせるように邪気を払い、無病息災を願った食べ物。
- 「伊達巻き」 伊達巻きの形が巻物に似ていることから、学問や習い事の成就を願う食べ物。
- 「紅白なます」 紅白の色は平安と平和を願う縁起物です。
- 「れんこん」 たくさん穴があることから、将来の見通しが良いという縁起を担いだ食べ物。



献立予定表 1 月下旬

今月の目標 : しっかり良く噛んで食べましょう!

2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
16月	ごはん 醤油昆布	豆腐ひじきハンバーグ ブロッコリーツナ和え さつま揚げ煮、ミニマト スープ、みかん	マヨネーズ、パン粉、油	木綿豆腐、さつま揚げ 豚ひき肉、卵	みかん、玉葱 ミニトマト ブロッコリー 人参、小松菜、ひじき	麦茶 クッキー	牛乳 せんべい
17火	ごはん はんぺん煮	チンジャオロースー キャベツと油揚げの煮物 ミニフランク、味噌汁 ふりかけ、パイン缶	ごま油	ミニフランク 絹ごし豆腐 豚肩ロース、白みそ 油揚げ	キャベツ、もやし ピーマン、人参、なめこ パイン缶	ヤクルト クラッカー	りんご ジュース ビスケット
18水 ★お誕生会★	ケチャップチキンライス ココロサラダ 鶏つくね、いちご コンソメスープ		マヨネーズ	鶏ささみ 板かまぼこ(ピンク) バター	玉葱、いちご、きゅうり 人参、コーン缶 生わかめ	麦茶 ウエハース	フルーツ アラモード
19木	ごはん かぼちゃ 甘煮	さめの煮つけ 切干し大根煮物、焼き豚 わかめの酢の物 味噌汁、りんご	油	さめ(骨なし)、焼き豚 さつま揚げ かにふぶき	みかん、きゅうり、人参 切干し大根、しいたけ 生わかめ	麦茶 クラッカー	野菜 ジュース 揚げ菓子
20金	ごはん 卵豆腐	コーンシチュー ごぼうサラダ チキンナゲット、ミニマト 麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	脱脂粉乳、ベーコン すりごま(白)	パイン缶、ミニトマト 細切りごぼう、玉葱 コーン缶、人参 きゅうり	ぶどう ジュース ビスケット	牛乳 かりんとう
21土	ごはん 鮭缶	生揚げ豚挽肉味噌炒め ひじきの煮物、チーズ すまし汁、黄桃缶	結び糸こんにゃく ごま油	絹生揚げ チーズキャンディ 豚ひき肉、さつま揚げ 白みそ	黄桃缶、玉葱、人参 しいたけ、ひじき 万能葱	緑茶 ウエハース	いちごみるく クッキー
22日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
23月	ごはん いんげん 煮物	さばの味噌煮 キャベツの中華和え うずらの卵煮物 すまし汁、りんご	油	さば切り身(骨なし) うずら卵水煮缶 白みそ	キャベツ、人参、玉葱 ほうれん草	緑茶 クラッカー	牛乳 ビスケット
24火	ごはん 里芋煮物	麻婆豆腐 れんこんきんぴら もやしのゆかり和え みかん、麦茶	結び糸こんにゃく ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 いりごま(白)	みかん、もやし ミニトマト、れんこん 人参、しいたけ ピーマン、ねぎ	ヤクルト ビスケット	豆乳 せんべい
25水	ごはん ちくわ煮	ハヤシライス 春雨の酢の物、枝豆 ウインナー、パイン缶 麦茶	じゃが芋、春雨、ごま油	皮なしウインナー 豚肩ロース、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	パイン缶、玉葱、枝豆 レタス、きゅうり、人参 グリーンピース	スポロン クッキー	マミー 揚げ菓子
26木	ごはん ソーセージ	豚肉の野菜炒め とろろてんサラダ コーンバター、すまし汁 黄桃缶、ふりかけ	油、ごま油	豚バラ肉 魚肉ソーセージ、バ ター	黄桃缶、とろろてん 玉葱、コーン缶、レタス きゅうり、人参、万能葱 ふのり	緑茶 クラッカー	ゼリー ビスケット
27金	ごはん さつま芋 甘煮	親子煮 スパゲティサラダ ポークビッツ、かまぼこ みかん、麦茶	サラスパ 結び糸こんにゃく マヨネーズ、片栗粉	卵、若鶏もも皮なし キャラクターかまぼこ 魚肉ソーセージ	白菜、みかん、玉葱 しめじ、レタス、人参 きゅうり	野菜 ジュース ウエハース	スポロン かりんとう
28土	ごはん さんま缶	豚肉と切り昆布煮物 ほうれん草ナムル 大根の煮物、ミニマト 味噌汁、	ごま油	豚肩ロース、白みそ すりごま(白)	大根、もやし、ミニマト ほうれん草、切り昆布 玉葱、人参、万能葱 ふのり	麦茶 ビスケット	ヨーグルト せんべい
29日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
30月	ごはん 豆腐煮物	白菜クリーム煮 こんにゃく炒め 小松菜のおかか和え 焼豚、黄桃缶、麦茶	結び糸こんにゃく、油	脱脂粉乳、ベーコン かつお節	白菜、黄桃缶、玉葱 キャベツ、小松菜、人参 コーン缶、しめじ	野菜 ジュース クラッカー	コーラス 揚げ菓子
31火	ごはん チーズ	麻婆春雨 きゅうり昆布和え ミートボール、パイン缶 味噌汁	春雨	豚ひき肉	パイン缶、きゅうり 人参、しいたけ 塩こんぶ	緑茶 クッキー	牛乳 かりんとう
給食室から	*18日のお誕生会は園児全員に「ケチャップチキンライス」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)						