

# 1月行事・献立予定

令和6年度 ふたば保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材(おやつ、調味料、米は除く)	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
4	土				豆乳 クッキー	りんごジュース ソフトあられ
6	月		ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ	豚肉 人参 ジャが芋 玉ねぎ しめじ パセリ ブロッコリー 人参 コーン オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 ビスケット
7	火		筑前煮 紅白なます 田作り 七草粥風のすまし汁 みかん	鶏肉 人参 ごぼう 椎茸 筍 蓮根 里芋 いんげん 大根 人参 ごま いわし ごま 大根 かぶ 米 みかん	牛乳 サンドビスケット	栗きんとん
8	水	おはなしのもり 運動教室(きりん組)	ミートスパゲティ 白菜のごま和え セロリのコンソメスープ パナナ	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ 白菜 もやし 小松菜 人参 ごま キャベツ 人参 セロリ ベーコン パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみせんべい
9	木		トンカツ ポイル野菜のオーロラソースかけ コンソメスープ オレンジ	豚肉 キャベツ ブロッコリー コーン ジャが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 きな粉マフィン
10	金		赤魚の煮付け 大根の群の物 根菜の味噌汁 パナナ	赤魚 しょうが 大根 人参 きゅうり しらす わかめ ごま 豚肉 生揚げ 里芋 人参 ごぼう ねぎ パナナ	牛乳 ぶかし芋	牛乳 かみかみボン菓子
11	土				豆乳 せんべい	みかんジュース ビスケット
14	火	身体測定 交通安全の日	野菜ラーメン キャベツの中華和え ウィンナー お魚ひりかけ バイン	中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 もやし ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 ウィンナー しらす 海苔 ごま バイン	豆乳 ビスケット	牛乳 カナッパ
15	水	マジックパレション (保護者会) デンタルフロス(そう組)	鮭の梅焼き 刻み昆布の煮物 ポイルブロッコリー 白菜の味噌汁 パナナ	鮭 梅 昆布 人参 さつま揚げ 椎茸 いんげん ブロッコリー 白菜 油揚げ ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	飲むヨーグルト サラダせんべい
16	木	運動教室(ばんだ組)	ハンバーグ さつま芋のコロコロサラダ 豆腐と小松菜のすまし汁 りんご	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 さつま芋 ジャが芋 人参 きゅうり コーン チーズ 豆腐 小松菜 卵 りんご	牛乳 米菓子	牛乳 豆乳フレンチ トースト
17	金	避難訓練	マカロニグラタン ポイルブロッコリー ほうれん草のコンソメスープ オレンジ	マカロニ 鶏肉 人参 玉ねぎ バター ミルク パセリ チーズ ブロッコリー ほうれん草 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 かみかみビスケット
18	土				豆乳 ソフトあられ	りんごジュース かりんとう
20	月	食育の日	★ほうとう風うどん 焼きししゃも さつま芋の甘煮 バイン	うどん 鶏肉 大根 人参 白菜 小松菜 椎茸 南瓜 油揚げ ししゃも 青のり さつま芋 バイン	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ★ティラミス風トースト
21	火	参加日 子育て講演会	かりん揚げ 納豆和え わかめとじゃが芋の味噌汁 みかん	豚肉 しょうが 納豆 切り干し大根 人参 ひじき 小松菜 わかめ ジャが芋 もやし みかん	牛乳 おかき	フルーツヨーグルト
22	水	運動教室(そう組)	鮭のごまマヨネーズ焼き ほうれん草のじゃこあえ 冬野菜の豆乳スープ オレンジ	鮭 ごま バター ほうれん草 キャベツ 人参 しらす干し 鶏肉 かぶ 里芋 白菜 玉ねぎ 人参 パセリ 豆乳 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 かみかみ小魚
23	木	運動教室(そう組)	回鍋肉 大学芋 かぶの味噌汁 みかん	豚肉 キャベツ ビーマン 人参 ねぎ さつま芋 ごま かぶ 玉ねぎ 人参 みかん	豆乳 塩せんべい	牛乳 マカロニあべ川
24	金	誕生会 布団持ち帰り	おめでどうランチ	鶏肉 人参 ごぼう かまぼこ 油揚げ 椎茸 ジャが芋 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ビーマン 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 バイン	ヨーグルト	牛乳 ロールケーキ
25	土				豆乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
27	月		コーンクリームパスタ 人参しりしり コンソメスープ パナナ	スパゲティ ベーコン 玉ねぎ ほうれん草 コーン 牛乳 チーズ 人参 ツナ ごま 玉ねぎ キャベツ 人参 パセリ パナナ	牛乳 サンドビスケット	牛乳 スイートラスク
28	火		魚のフライ ブロッコリーのおかか和え 白菜とえのきの味噌汁 オレンジ	赤魚 卵 ブロッコリー 人参 かつお節 白菜 えのき茸 油揚げ オレンジ	牛乳 パナナ	ヨーグルト
29	水		すき焼き風煮 ごぼうサラダ わかめの味噌汁 みかん	豚肉 焼き豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 えのき 麩 ごぼう キャベツ 人参 かにかま きゅうり ごま 玉ねぎ 人参 わかめ みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 ソフトせんべい
30	木		根菜入り鶏つくねバーグ もやしときゅうりの昆布和え 油揚げの味噌汁 りんご	鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん もやし きゅうり 人参 塩昆布 えのき 玉ねぎ 油揚げ りんご	牛乳 みかん	牛乳 ピザトースト
31	金	布団持ち帰り	揚げ餃子 伴三糸 えのきのかき玉スープ オレンジ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 餃子の皮 生姜 春雨 キャベツ きゅうり 人参 もやし ハム 玉ねぎ えのき たら 卵 オレンジ	牛乳 チーズ	牛乳 かみかみせんべい

おめでどうバイキング・・・炊き込みご飯 ナポリタン チキンスティック フライドポテト 野菜サラダ バイン

食育の日のサンプル展示は2歳児です。2歳児の主食(ご飯)の量は70gです。

今月の果物は、みかん、りんご、バナナ、オレンジ、バインを予定しています。

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。

★印は新メニューです。