



# 1月のこんだてひょう



	月曜日		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
午前		未満児 以上児	<div style="border: 1px dashed red; padding: 5px;">           9日(木) おにぎりの日            さくらんぼ組は園で用意します。            16日(木) 誕生会&lt;完全給食&gt;            17日(金) パンの日            さくらんぼ組は園で用意します。         </div>				4	せんべい 麦茶				
昼食	エネルギー (kcal)	目標量 450 平均 480									手作りお弁当	
	食塩 (g)	目標量 1.4 平均 1.3										
午後	※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。											
午前	6	ポーロ 麦茶	7	ヨーグルト	8	くだもの	9	ラスク 麦茶	10	お焼き 麦茶	11	クッキー 麦茶
昼食	<b>麦ごはん</b> 鮭の切干大根あんかけ ひじきサラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> チーズオムレツ キャベツの中華サラダ スープ 果物		<b>麦ごはん</b> 肉じゃが 胡瓜の酢味噌和え みぞれ汁 果物		<b>おにぎり～おにぎりの日～</b> 鱈フライ なめたけ和え みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> 親子丼風煮 ポテトサラダ みそ汁 果物		中華丼 和え物 スープ 果物	
午後	Caせんべい 牛乳		七草おにぎり 牛乳		クリームパン 牛乳		乾パンかりんとう 牛乳		Feウエハース ヨーグルト			
午前	13	成人の日	14	ウエハース 麦茶	15	ふかし芋 麦茶	16	小松菜せん 麦茶	17	芋もち 麦茶	18	ウエハース 麦茶
昼食	<b>成人の日</b> 		<b>麦ごはん</b> ミートローフ 小松菜のジャコサラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> 野菜炒め 南瓜サラダ みそ汁 果物		<b>おたんじょうかい</b> 		<b>パン～パンの日～</b> 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ スープ 果物		三色丼 和え物 みそ汁 果物	
午後	Caラスク 牛乳		きな粉団子 牛乳		フルーツ白玉		マフィン 牛乳					
午前	20	胡麻クッキー 麦茶	21	ジャムパン 麦茶	22	ビスケット 麦茶	23	ホットケーキ 麦茶	24	わかめせん 麦茶	25	ビスケット 麦茶
昼食	<b>麦ごはん</b> 高野豆腐煮 小松菜のツナサラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> ポークビーンズ 三色ナムル 卵スープ 果物		<b>麦ごはん</b> おでん 納豆和え そうめん汁 果物		<b>麦ごはん</b> 八宝菜 卵焼き 豆乳汁 果物		<b>麦ごはん</b> 煮込みハンバーグ サラシパサラダ わかめスープ 果物		スパゲティ サラダ スープ 果物	
午後	クッキー 牛乳		きなこおはぎ 牛乳		丸ごとバナナ 牛乳		ちんすこう 牛乳		フルーツヨーグルト			
午前	27	マフィン 麦茶	28	ヨーグルト	29	クラッカー 麦茶	30	枝豆ビスケット 麦茶	31	お焼き 麦茶		
昼食	<b>麦ごはん</b> すき焼き風煮 さつま芋サラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> じゃが芋のチーズ焼き トマトサラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> 麻婆豆腐 大根のツナサラダ 春雨スープ 果物		<b>麦ごはん</b> 鱈の白菜あんかけ 南瓜サラダ みそ汁 果物		<b>麦ごはん</b> 高野豆腐と鶏ひき肉の煮物 カラフルサラダ みそ汁 果物			
午後	せんべい 牛乳		焼きビーフン 牛乳		カル鉄おにぎり 牛乳		芋のソフトクッキー 牛乳		ピザトースト 牛乳			

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。  
 ※材料の都合により献立の変更があります。

## 食育目標 郷土料理など行事食に関心を持つ。

0.1.2歳児～行事の楽しさを知る。  
 3歳以上児～行事や食品を通じて、季節感や伝統行事を知る。

