



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1		2		3		4	スキムミルク	5	牛乳	6	麦茶
昼食	休園		休園		休園		御飯(押麦)、みそ汁(ほうれん草・切干大根)、さんまのオレングシ煮、マカロニサラダ		御飯、みそ汁(えのき・しめじ)、鶏肉のコーンフレーク焼き、人参しりしり		カレーライス、ピーチヨーグルト、ヤクルト	
午後							新春紅白ゼリー、せんべい		七草粥、麦茶		クレープ、牛乳	
午前	8		9	麦茶	10	牛乳	11	スキムミルク	12	牛乳	13	麦茶
昼食	 成人の日		キッズピビンバ、きのこスープ、型抜きチーズ、バナナ		御飯、すまし汁(にら・玉ねぎ)、ヤンニョムチキン風、チャブチェ、りんご		御飯、みそ汁(もやし・生揚げ)、いわしハンバーグ、白菜の磯和え		ナポリタン、コンソメスープ、チキンナゲット		マーボー豆腐丼、フルーツポンチ、型抜きチーズ	
午後			オレンジゼリー、パイ		ほうとう風うどん、麦茶		いちごジャムサンド、牛乳		ゆかりおにぎり、麦茶		メロンパン、牛乳	
午前	15	スキムミルク	16	牛乳	17	麦茶	18	牛乳	19	スキムミルク	20	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(キャベツ・麩)、白身魚のフライ、もやしとささみの和え物、オレンジ		野菜たっぷり塩ラーメン、焼きぎょうざ、バナナ		ポークカレーライス、コールスロー、ヤクルト		御飯、みそ汁(切干大根・小松菜)、さけのムニエル、マセドアンサラダ、りんご		御飯、具沢山汁、豚肉の生姜炒め、わかめサラダ		焼きそば、わかめスープ、ゼリー	
午後	プリン、星たべよ		マーブル蒸しパン、牛乳		ソフールヨーグルト、ビスコ		ドライカレーピラフ、麦茶		クリームチーズクラッカーサンド、牛乳		せんべい、ビスコ、ヤクルト	
午前	22	麦茶	23	牛乳	24	スキムミルク	25	麦茶	26	牛乳	27	麦茶
昼食	御飯(玄米)、みそ汁(かぶ・生揚げ)、鶏のから揚げ、(添)ブロッコリー、納豆あえ		御飯、みそ汁(小松菜・高野豆腐)、鯖の味醂しょうゆ焼き、ポテトサラダ		鶏肉入りけんちんうどん、ヨーグルト、みかん		御飯、みそ汁(なめこ・わかめ)、筑前煮、白菜のおかかチーズ和え、りんご		タコライス、じゃが芋のポタージュ、ぶどうゼリー		豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、プリン	
午後	レーズンクッキー、牛乳		焼きそば、麦茶		フライドポテト、牛乳		パン格拉タン、麦茶		いちごスティックケーキ、牛乳		ビスケット、牛乳	
午前	29	麦茶	30	牛乳	31	スキムミルク	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>今年もよろしく お願いします</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>1月5日は七草粥、 1月24日は 郷土食メニューです。</p> </div> <div style="text-align: center;"> </div> </div>					
昼食	御飯、みそ汁(小松菜・豆腐)、ポークビーンズ、コーンフレークのバリバリサラダ		菜飯、コンソメスープ、鶏肉のタルタル焼き、ブロッコリーとちくわのサラダ		御飯、みそ汁(長ねぎ・さつま芋)、鯖の塩焼き、にんじんサラダ							
午後	バナナ、ビスケット、ヤクルト		にゅうめん、麦茶		ガーリックトースト、牛乳							

今月のお誕生日リクエストメニュー

- ★星組
 さん(25日) スパゲッティ、ケーキ
 さん(28日) からあげ、ポテト、ぎょうざ
 さん(29日) ゼリー、スパゲッティ、トマト
- ♪月組
 さん(20日) からあげ、カレーライス、ラーメン

- ※太陽組
 さん(17日) いちご、ラーメン、バニラアイス
 さん(20日) ラーメン、ぎょうざ、オレンジ
 さん(27日) しょうゆラーメン、からあげ、ゼリー

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	448	17.8	14.2	208	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	556	20.6	17.7	190	1.6
	目標値	560	22	18	260	1.6

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。