

1月 令和4年度 こんだこひょう

年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう
 月間目標：行事食を経験し、楽しく食べる

献立	4 (水)	5 (木)	6 (金)
野菜炒め 田作り 中華スープ フルーツ	ハラシライス ヨーグルトサラダ フルーツ	松風焼き 白菜サラダ すまし汁 フルーツ	
豚肉、人参、キャバツ 玉ねぎ、干し椎茸 ピーマン、ごまめ わかめ、えのき	豚肉、じゃが芋 玉ねぎ、人参 キャバツ、みかん缶	鶏ひき肉、豆腐 玉ねぎ、ねぎ、白菜 りんご、人参、大根 わかめ	
きんとん・牛乳	シュガーラスク・牛乳	七草粥・お茶	
献立	11 (水)	12 (木)	13 (金)
肉じゃが のり和え みそ汁 フルーツ	ブルコ干丼 昆布和え みそ汁 フルーツ	魚の梅焼き 青菜の煮びたし 金時煮豆 すまし汁 フルーツ	
牛肉、人参、玉ねぎ じゃが芋、キャバツ 糸こんにゃく、厚揚げ グリーンピース、ねぎ	豚肉、玉ねぎ、人参 にら、キャバツ 小松菜、大根、わかめ ねぎ	魚の切り身、油揚げ 青菜、人参、白菜 麩、えのき、ねぎ 金時豆	
ぜんざい・お茶	枝豆・ヨーグルト・お茶	チーズホットケーキ・牛乳	
献立	17 (火)	18 (水)	19 (木)
ちくわと さつま芋の天ぷら おかか和え けんちん汁 フルーツ	ロールパン チリコンカン 茹で野菜 コンソメスープ フルーツ	ラーメン 紅白なます フルーツ	
鶏肉、豆腐、こぼろ 大根、人参、さつま芋 こんにゃく、里芋 ねぎ、ちくわ	豚ひき肉、大豆 玉ねぎ、人参 ブロッコリー キャバツ、しめじ	卵、大根、人参 じゃが芋、昆布 ちくわ、白菜、青菜 玉ねぎ、豆腐	
ミルク餅・牛乳	クラッカーサンド・昆布 シヨア	わかめご飯おにぎり・お茶	大学芋・牛乳
献立	23 (月)	24 (火)	25 (水)
魚の照り焼き 黒豆・ごま和え さつま芋のシチュー フルーツ	鶏肉のみそ焼き ブロッコリーサラダ 貝だくさん汁 フルーツ	魚と大根の煮付 五色おひたし みそ汁 フルーツ	
魚の切り身、豚肉、ごま さつま芋、玉ねぎ、黒豆 人参、しめじ、キャバツ グリーンピース、青菜 コーン缶、マカロニ 3色ちんすこう・牛乳	鶏肉、ブロッコリー コーン、ツタ、人参 キャバツ、さつま芋 豆腐、大根、えのき ねぎ 米粉シフォン・牛乳	魚の切り身、大根 青菜、人参、白菜 こんにゃく、コーン ごま、玉ねぎ さつま芋、ねぎ 大根のお好み焼き・牛乳	
献立	30 (月)	31 (火)	
魚のフライ マカロニソテー 茹でブロッコリー みそ汁 フルーツ	高野豆腐の卵とじ 切り干し大根の和え物 金時煮豆 すまし汁 フルーツ	おいしいものを食べた時、幸せですね。 一緒に食べる人がいて 「おいしいね」と言い合えたら もっと幸せです。 今年もみんなで楽しく食事をしましょう。	
魚の切り身、マカロニ ブロッコリー、コーン キャバツ、ピーマン しめじ、人参、じゃが芋 玉ねぎ、わかめ、ねぎ 麩のラスク・牛乳	鶏肉、高野豆腐、ねぎ 玉ねぎ、人参、三度豆 干し椎茸、ひじき、卵 切り干し大根、胡瓜 ハム、大根、わかめ フライドポテト・カルピス		

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除食食など、子ども達一人一人の対応をしています。
 3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。
 25日(水)は、クッキング(大根のお好み焼き)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をお願いします。



都合により献立を変更する場合がありますがご了承下さい。

みどり保育園

