



1月給食献立

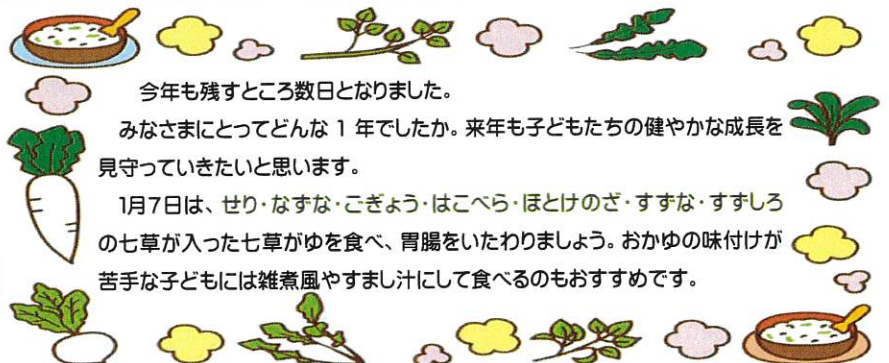
たがみ台保育園
R7.12.27 発行

日	曜	献立名	副食材料名			未満児		3時のおやつ	
			赤 血や肉になる 食品	黄 熱や力になる 食品	緑 体の調子を整える食品	主食	特別食		
5	月	卵の袋煮 白和え 水菜の味噌汁	たまご 油揚げ 木綿豆腐	精白米 じゃがいも しらたき	人参、しいたけ、水菜 小松菜、もやし、白菜	ごはん 	牛乳 ビスケット	スキムミルク バナナ おにぎりせんべい	
6	火	酢魚 春雨サラダ ねぎのスープ	さば ひじき、ハム ツナ、たまご	春雨 食パン マヨネーズ	人参、白菜、ねぎ きやべつ、きゅうり	ごはん 	牛乳 べしたべる	スキムミルク ★ツナと卵の サンドイッチ	
7	水	ココロおでん ほうれん草のお浸し 七草粥	鶏肉、かまぼこ さつま揚げ 厚揚げ	精白米 じゃがいも しらたき	人参、だいこん、白菜 ほうれん草、七草セット	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク オレンジ 厚切りバウムクーヘン	
8	木	野菜たっぷり ポークケチャップ マカロニスープ	豚肉	パン マカロニ 天かす	たまねぎ、人参 きやべつ、白菜、小松菜	パン 	牛乳 さやえんどう	ほうじ茶 ★おにぎり たくあん	
9	金	ダージーバイ風 ナムル 中華スープ	鶏肉、たまご 小豆、ちくわ	精白米 さつまいも	人参、もやし、小松菜 白菜、だいこん、たまねぎ	ごはん 	牛乳 アスパラガスビ スケット	スキムミルク ★ぜんざい ココアクッキー（以上児） ウエハース（未満児）	
10	土	鮭のマヨ焼き にんじんのマリネ ポターージュ	鮭 ひじき	精白米 マヨネーズ バター	人参、きやべつ、コーン たまねぎ、かぼちゃ	ごはん 	牛乳 白い風船	牛乳 キウイ ムーンライト	
13	火	ちゃんぽん きくらげのサラダ	豚肉 かまぼこ 牛乳	精白米 中華めん じゃがいも	白菜、人参、たまねぎ もやし、しいたけ きゅうり、きくらげ	ごはん 	牛乳 ビスケット	スキムミルク ★フライドポテト もも缶	
14	水	ぶりのから揚げ かぼちゃの和風サラダ 豆腐の味噌汁	ぶり、ハム 木綿豆腐	マヨネーズ マーガリン	かぼちゃ、たまねぎ 人参、きゅうり だいこん、たまねぎ	ごはん 	牛乳 さやえんどう	スキムミルク ★スノーボールクッキー パイン缶	
15	木	チキンカレー レンコンサラダ	鶏肉、ちくわ	精白米 カレールウ じゃがいも	人参、たまねぎ、白菜 れんこん、きやべつ	ごはん 	牛乳 アスパラガス ビスケット	スキムミルク みかん ひねり揚げ	
17	土	牛肉の中華炒め 豆乳スープ	牛肉、豚肉 豆乳	精白米	人参、たまねぎ、白菜 きやべつ、たけのこ だいこん、チンゲン菜	ごはん 	牛乳 べしたべる	牛乳 雪の宿 りんご	
30	金	豚ロースの金平巻 ナムル 中華スープ	豚肉 ひき肉 かにかま	精白米 マヨネーズ 薄力粉	人参、ごぼう、だいこん もやし、きやべつ、白菜 小松菜、たまねぎ	ごはん 	牛乳 白い風船	スキムミルク ★肉まん もも缶	
24	土	愛情弁当の日 おかずの入ったお弁当の準備をお願いします。						牛乳 ビスケット	牛乳 源氏パイ

たんじょうび会

16日（金）

- わかめごはん
- 伊達巻
- 紅白なます
- 鮭のバターしょうゆ焼き
- すまし汁
- ★ロールケーキ みかん缶



今年も残すところ数日となりました。

みなさまにとってどんな1年でしたか。来年も子どもたちの健やかな成長を見守っていきたく思います。

1月7日は、せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すすな・すずしろの七草が入った七草がゆを食べ、胃腸をいたわりましょう。おかゆの味付けが苦手な子どもには雑煮風やすまし汁にして食べるのもおすすめです。