

# 1月献立表

★は手作りおやつ、下線部は前歯がぶри

日	曜	午前おやつ (3歳未満児)	昼食	午後おやつ
1	木	***	正月休み	***
2	金	***	正月休み	***
3	土	***	正月休み	***
05	月	牛乳・丸ぼうろ	冬野菜カレー、切干大根のサラダ、みかん	牛乳、★栗きんとん
06	火	牛乳・ボーロ	魚のみかん焼き、ほうれん草のナムル、のっぺい汁	牛乳、かりんとう
07	水	牛乳・おせんべい	松風焼き、紅白なます、さつま芋味噌汁	麦茶、★七草雑炊
08	木	牛乳・コーンフレーク	ツナと豆腐の卵とじ、南瓜のそぼろ煮、わかめの味噌汁	牛乳、バナナ、クッキー
09	金	牛乳・じゃこ・おかき	鮭のちゃんちゃん焼き、青菜とコーンのサラダ、かき玉汁	牛乳、★煮りんごのヨーグルトかけ
10	土	牛乳・ビスコ	パン、牛乳、みかん	麦茶、お菓子
12	月	***	成人の日	***
13	火	牛乳・ボーロ	華風丼、鶏レバーの甘辛煮、果物ゼリー	牛乳、★野菜スティック、クラッカー
14	水	牛乳・ビスケット	豆腐ハンバーグ、ブロッコリーのソテー、ポトフ	牛乳、★がね揚げ
15	木	牛乳・丸ぼうろ	ピクニックの日(お弁当)	ジョア、おせんべい、クッキー
16	金	牛乳・ウエハース	魚のおろしあんかけ、ほうれん草の海苔和え、南瓜味噌汁	牛乳、クリームパン
17	土	牛乳・おせんべい	鮭・チーズご飯、冬野菜スープ、オレンジ	牛乳、お菓子
19	月	牛乳・ビスコ	南瓜シチュー、きゅうりとわかめの酢物、いちご	牛乳、★ツナマヨマフィン
20	火	牛乳・じゃこ・おかき	ひながんも、なめたけ和え、大根味噌汁	麦茶、コアヨーグルト、おせんべい
21	水	牛乳・ウエハース	鶏のカレークリーム煮、れんこんとひじきのサラダ、ほうれん草のスープ	牛乳、★スイートポテト
22	木	牛乳・クラッカー	マーボー豆腐、白菜のおかか和え、ごぼうの味噌汁	牛乳、甘酒まんじゅう
23	金	牛乳・ボーロ	魚の塩麴焼き、人参シリシリ、そうめん汁	牛乳、★ぎょうざピザ
24	土	牛乳・ビスケット	豚肉とれんこんのパスタ、ほうれん草のスープ、りんご	牛乳、お菓子
26	月	牛乳・ボーロ	太平燕、鶏レバーのケチャップ煮、果物ゼリー	牛乳、★きなこつぶあんのカップケーキ
27	火	牛乳・おせんべい	魚の味噌煮、じゃこ豆サラダ、チンゲン菜のスープ	麦茶、★フルーツヨーグルト
28	水	牛乳・コーンフレーク	カミカミ焼き豚、花野菜のカレーソテー、豆乳入り味噌汁	牛乳、強化ウエハース、バナナ
29	木	牛乳・じゃこ・おかき	大豆とひじきのかき揚げ、バラエティーサラダ、かぶのみそ汁	牛乳、★さつまいももち
30	金	牛乳・ビスコ	鮭のマーマレード焼き、春菊サラダ、じゃが芋味噌汁	牛乳、カステラ
31	土	牛乳・ウエハース	パン、牛乳、プリン	麦茶、お菓子

※食材の都合で内容を変更することがあります  
 ※0歳児は月齢と個人に応じた離乳食を準備します  
 ※3歳未満児のクラスには白ご飯が付きます

## 旬の食材

ブロッコリー、カリフラワー、白菜、キャベツ、大根、いちご、ごぼう、れんこん、みかん、オレンジ、タラ、ブリ、いなだ