



1月の幼児食

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																									
午前 食 午後					1	2	3																								
					年始休園日																										
午前	5 牛乳	6 麦茶、ぱりんこ	7 牛乳	8 乳酸菌飲料	9 牛乳	10 麦茶、味しらべ																									
昼食	ケチャップライス ブロッコリーサラダ わかめスープ みかん缶	ご飯 カレーマーボー豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	ご飯 レバーのオーロラソースあえ 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 オレンジ	ご飯 鮭のパン粉焼き らくわと青菜のさっと煮 お雑煮風汁 バナナ	お麸入り親子丼 じゃがベーコン 青菜とえのきのすまし汁 りんご	ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ																									
午後	牛乳、マカロニきなこ	牛乳、星たべよ	牛乳、七草粥風	牛乳、ギ ルビス アスパラガス	牛乳、バナナケーキ	麦茶、ココナッツサプレ																									
午前	12	13 麦茶、ホームパイ	14 牛乳	15 りんごジュース	16 牛乳	17 麦茶、ぼたぼた焼																									
昼食	成人の日 	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	食パン コロッケ パスタサラダ コンソメスープ りんご	あんかけ焼きそば 小松菜とちくわのごまマヨ和え 中華スープ バナナ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 グレープフルーツ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 バナナ																									
午後		牛乳、味しらべ	牛乳、しらすおにぎり	牛乳、いちごジャムサンド	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、星たべよ																									
午前	19 牛乳	20 麦茶、ギ ルビス アスパラガス	21 牛乳	22 ドリンクヨーグルト	23 牛乳	24 麦茶、ぱりんこ																									
昼食	食育ごはん たらの照り焼き ヘルシーナポリタン 白菜のあっさり和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 りんご	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ	ご飯 タンドリーチキン 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 パイン缶	ゆかりご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 わかめのすまし汁 バナナ	ご飯 さばのカレー風味焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	コーンラーメン ビーマンとソーセージのソテー グレープフルーツ																									
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ココナッツサプレ	麦茶、フルーチェ	牛乳、味しらべ	牛乳、カルシウムせんべい	麦茶、ホームパイ																									
午前	26 牛乳	27 麦茶、ヨーグルト	28 牛乳	29 ぶどうジュース	30 牛乳	31 麦茶、カルシウムせんべい																									
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	豆乳きのこクリームパスタ かぼちゃとブロッコリーの和風 あん オクラのスープ オレンジ	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 さつま芋のみそ汁 りんご	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ																									
午後	牛乳、ごまラスク	牛乳、ぼたぼた焼き	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、ぱりんこ	麦茶、ホームパイ																									
☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合 がございますので、ご了承ください。 ☆7日は、七草の日メニューとなっております。				<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー - kcal</th> <th>タンパク g</th> <th>脂質 g</th> <th>食塩 g</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3才以上児</td> <td>571</td> <td>23.4</td> <td>18</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>562</td> <td>22.5</td> <td>15.6</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td>3才未満児</td> <td>463</td> <td>18.9</td> <td>14.6</td> <td>1.3</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>455</td> <td>18.2</td> <td>12.6</td> <td>1.3</td> </tr> </tbody> </table>				エネルギー - kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g	3才以上児	571	23.4	18	1.6	目標量	562	22.5	15.6	1.6	3才未満児	463	18.9	14.6	1.3	目標量	455	18.2	12.6	1.3
	エネルギー - kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g																											
3才以上児	571	23.4	18	1.6																											
目標量	562	22.5	15.6	1.6																											
3才未満児	463	18.9	14.6	1.3																											
目標量	455	18.2	12.6	1.3																											
新年あけましておめでとうございます！ 今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。																															





1月の離乳食(12-18か月)

2026年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前				1	2	3	
昼食							
午後	5 麦茶、ウエハース	6 麦茶、かぼちゃクッキー	7 牛乳	8 りんごジュース	9 牛乳	10 麦茶、小魚せんべい	
昼食	ケチャップライス(軟飯) プロッコリーサラダ わかめスープ オレンジ	軟飯 カレーマー婆豆腐 きゅうりともやしの酢の物 中華スープ バナナ	軟飯 鶏肉のオーロラソースあえ 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 オレンジ	軟飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	お麸入り鶏肉丼 じゃがベーコン 青菜とえのきのすまし汁 りんご	軟飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ	
午後	牛乳、マカロニきなこ	牛乳、ひじきせんべい	牛乳、七草粥風	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、豆腐ドーナツ	麦茶、かぼちゃクッキー	
午前	12	13 麦茶、ハイハイイン	14 牛乳	15 ドリンクヨーグルト	16 牛乳	17 麦茶、ハイハイイン	
昼食			軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	食パン じゃが芋のそぼろ煮 パスタサラダ コンソメスープ りんご	あんかけ焼きそば 小松菜とちくわのごまマヨ和え 中華スープ バナナ	軟飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 グレープフルーツ	鶏の照り焼き丼(軟飯) 納豆と大根のみそ汁 バナナ
午後			牛乳、ミルクウエハース	牛乳、昆布おにぎり(軟飯)	牛乳、いちごジャムサンド	麦茶、バナナヨーグルト	麦茶、かぼちやクッキー
午前	19 牛乳	20 麦茶、動物ビスケット	21 牛乳	22 ぶどうジュース	23 牛乳	24 麦茶、小魚せんべい	
昼食	軟飯 たらのプロッコリーあんかけ 白菜の味噌おかか和え じゃが芋のクリーミースープ りんご	マーボー丼(軟飯) もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ	軟飯 タンドリーチキン 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	軟飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 わかめのすまし汁 バナナ	軟飯 さばのカレー風味焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	コーンラーメン ピーマンとソーセージのソテー バナナ	
午後	牛乳、ごまトースト	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、ひじきせんべい	牛乳、ハイハイイン	牛乳、どうぶつビスケット	麦茶、やきいもクッキー	
午前	26 牛乳	27 麦茶、ヨーグルト	28 牛乳	29 牛乳	30 牛乳	31 麦茶、ハイハイイン	
昼食	カレーライス(軟飯) コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	軟飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	豆乳きのこクリームパスタ かぼちゃとプロッコリーの和風あん オクラのスープ オレンジ	軟飯 豆腐と豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	お麸入り鶏肉丼 じゃがベーコン 青菜とえのきのすまし汁 りんご	ひじきチャーハン(軟飯) わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、小魚せんべい	麦茶、ウエハース	
<p>☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。</p> <p>☆ミルクは個人に合わせて提供します。</p> <p>☆7日は七草の日メニューとなっております。</p>							
<p style="text-align: center;">新年あけましておめでとうございます！</p> <p>今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。</p>							





1月の離乳食(9-11か月)



2026年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前					1	2	3
昼食					年始休園日		
午後							
午前	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、小魚せんべい	
昼食	全粥 鶏ひき肉のそぼろ煮 プロッコリーサラダ わかめスープ オレンジ、ミルク	全粥 鮭のみぞ煮 けんちん汁 バナナ、ミルク	全粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみぞ汁 オレンジ、ミルク	全粥 肉野菜炒め きゅうり和え 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ、ミルク	全粥 さけのしょうゆ煮 さつま芋のみぞ汁 りんご、ミルク	全粥 ツナじゃが もやしのみぞ汁 バナナ、ミルク	
午後	麦茶、マカロニきなこ	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、七草粥風	麦茶、ミルクウエハース	麦茶、きな粉フレンチ	麦茶、かぼちゃクッキー	
午前	12	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ハイハイン	
昼食	成人の日 		全粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみぞ汁 オレンジ、ミルク	食パン 野菜そぼろ煮 コンソメスープ バナナ、ミルク	小松菜の和えもの、豆腐スープ、バナナ、ミルク	全粥 タラのホイル焼き えのきのすまし汁 オレンジ、ミルク	全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のみぞ汁 バナナ、ミルク
午後			麦茶、ミルクウエハース	麦茶、わかめ粥	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、きな粉バナナ	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、小魚せんべい	
昼食	全粥 たらのプロッコリーあんかけ 白菜の味噌おかか和え じゃが芋のクリーミースープ りんご、ミルク	全粥 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のみぞ汁 オレンジ、ミルク	全粥 鶏の照り焼き 切干し大根のサラダ なめこのみぞ汁 オレンジ、ミルク	全粥 鮭のもじあんかけ煮 わかめのすまし汁 バナナ、ミルク	全粥 鶏肉の照り煮 切干大根と小松菜のソテー なすのみぞ汁 オレンジ、ミルク	肉野菜うどん ピーマンのソテー バナナ、ミルク	
午後	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、かぼちゃクッキー	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、ハイハイン	麦茶、どうぶつビスケット	麦茶、やきいもクッキー	
午前	26 麦茶、ヨーグルト	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ハイハイン	
昼食	全粥 ボトフ わかめのすまし汁 オレンジ、ミルク	全粥 さけの出汁煮 ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ、ミルク	豆乳きのこクリームパスタ かぼちゃとプロッコリーの和風あん オクラのスープ オレンジ、ミルク	全粥 豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 豆腐スープ バナナ、ミルク	お麸入り鶏肉丼 じゃが炒め 青菜とえのきのすまし汁 りんご、ミルク	全粥 野菜とろみ煮 わかめスープ バナナ、ミルク	
午後	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、ミルクウエハース	麦茶、おかか粥	牛乳、かぼちゃのあべかわ	麦茶、小魚せんべい	麦茶、ウエハース	
☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。 ☆7日は七草の日メニューとなっております。				新年あけましておめでとうございます！ 今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。			





1月の離乳食(7-8か月)



2026年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前					1	2	3
昼食					年始休園日		
午後	5 麦茶、ヨーグルト	6 麦茶、ヨーグルト	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、小魚せんべい	
昼食	7倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 オレンジ ミルク	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ、ミルク	7倍粥 納豆 たまねぎのすまし汁 オレンジ、ミルク	7倍粥 鶏ささみのだし煮 バナナ ミルク	7倍粥 さけ煮 さつま芋のすまし汁 りんご、ミルク	7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 バナナ、ミルク	
午後	ミルク、マカロニきなこ	ミルク、ひじきせんべい	ミルク、七草粥風	ミルク、ハイハイン	ミルク、パン粥	ミルク、ひじきせんべい	
午前	12	13 麦茶、ヨーグルト	14 麦茶、ヨーグルト	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ハイハイン	
昼食	成人の日 		7倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいものすまし汁 オレンジ、ミルク	パン粥 そぼろ煮 高野豆腐のスープ バナナ、ミルク	あんかけうどん 小松菜の和えもの 豆腐スープ バナナ	7倍粥 鮭の野菜煮 豆腐のすまし汁 オレンジ、ミルク	7倍粥 鶏肉のとろみ煮 バナナ ミルク
午後		ミルク、ハイハイン	ミルク、おかか粥	ミルク、パン粥	ミルク、きな粉バナナ	ミルク、ひじきせんべい	
午前	19 麦茶、ヨーグルト	20 麦茶、ヨーグルト	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、小魚せんべい	
昼食	7倍粥 鮭のブロッコリーあんかけ じゃが芋のクリーミースープ りんご、ミルク	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のすまし汁 オレンジ、ミルク	7倍粥 鶏ささみと人参の出汁煮 豆腐のすまし汁 オレンジ、ミルク	7倍粥 鮭のもみじあんかけ煮 たまねぎのすまし汁 バナナ、ミルク	7倍粥 鶏ささみのだし煮 なすのすまし汁 オレンジ、ミルク	肉野菜うどん バナナ、ミルク	
午後	ミルク、パン粥	ミルク、ハイハイン	ミルク、ひじきせんべい	ミルク、ハイハイン	ミルク、ひじきせんべい	ミルク、ハイハイン	
午前	26 ヨーグルト、麦茶	27 麦茶、ヨーグルト	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ハイハイン	
昼食	7倍粥 ポトフ 人参のすまし汁 オレンジ、ミルク	7倍粥 さけの出汁煮 ほうれん草の納豆和え 玉ねぎのすまし汁 バナナ、ミルク	豆乳パスタ かぼちゃとブロッコリーの和風あん オレンジ、ミルク	7倍粥 豆腐の和風あんかけ バナナ ミルク	7倍粥 鶏ささみの野菜煮 りんご ミルク	7倍粥 納豆 にんじんのすまし汁 バナナ、ミルク	
午後	ミルク、パン粥	ミルク、ハイハイン	ミルク、おかか粥	ミルク、かぼちゃのあべかわ	ミルク、ハイハイン	ミルク、小魚せんべい	
<p>☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。 ☆ミルクはお昼と午後おやつに提供します。 ☆7日は七草の日メニューとなっております。</p>							
<p style="text-align: center;">新年あけましておめでとうございます！</p> <p>今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。</p>							





1月の幼児食(卵アレルギー)

2026年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前					1	2	
昼食							
午後							
午前	5 牛乳	6 麦茶、ビスケット	7 牛乳	8 りんごジュース	9 牛乳	10 麦茶、うす焼きせんべい	
昼食	ケチャップライス ブロッコリーサラダ わかめスープ みかん缶	ご飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 お雑煮風はっと汁 バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみぞ汁 オレンジ	ご飯 豚キャベツ きゅうりの酢の物 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ	ご飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 さつま芋のみぞ汁 りんご	ご飯 ツナじゃが もやしのみぞ汁 バナナ	
午後	牛乳、マカロニきなこ	牛乳、せんべい	牛乳、七草粥風	牛乳、ギ ピス アスパラガス	牛乳、豆腐ドーナツ	麦茶、ココナッツサブレ	
午前	12	13 麦茶、ぱりんこ	14 牛乳	15 ドリンクヨーグルト	16 牛乳	17 麦茶、せんべい	
昼食			ご飯 さばのカレー風味焼き こまつの海苔和え さつまいもとしめじのみぞ汁 オレンジ	食パン コロッケ パスタサラダ コンソメスープ りんご	あんかけ焼きそば 小松菜とちくわのごまマヨ和え 中華スープ バナナ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 グレープフルーツ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみぞ汁 バナナ
午後			牛乳、白い風船	牛乳、昆布おにぎり	牛乳、いちごジャムサンド	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、星たべよ
午前	19 牛乳	20 麦茶、動物ビスケット	21 牛乳	22 ぶどうジュース	23 牛乳	24 麦茶、うす焼きせんべい	
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ	食育ごはん たらのはちみつ照り焼き ヘルシーナポリタン 白菜のあっさり和え じゃが芋と玉ねぎのみぞ汁 りんご	ご飯 タンドリーチキン 切干し大根のサラダ なめこのみぞ汁 パイン缶	ゆかりご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 わかめのすまし汁 バナナ	ご飯 レバーのオーロラソースあえ 切干大根と小松菜のソテー なすのみぞ汁 オレンジ	キーマカレーライス わかめと豆腐のスープ バナナ	
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ココナッツサブレ	麦茶、フルーチェ	牛乳、マリービスケット	牛乳、せんべい	麦茶、ピスケット	
午前	26 牛乳	27 麦茶、ヨーグルト	28 牛乳	29 牛乳	30 麦茶、星たべよ	31 麦茶、ぱりんこ	
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	豆乳きのこクリームパスタ かぼちゃとブロッコリーの和風あん オクラのスープ オレンジ	ご飯 厚揚げと豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	お麸入り鶏肉丼 じゃがベーコン 青菜とえのきのすまし汁 りんご	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、ごまラスク	牛乳、ビスケット	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、ぱりんこ	麦茶、ピスケット	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆7日は七草の日メニューとなっております。

	I群ギ - kcal	タツパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	571	23.4	18	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	463	18.9	14.6	1.3
目標量	455	18.2	12.6	1.3

新年あけましておめでとうございます！

今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。



1月の幼児食(小麦・卵アレルギー)



2026年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前					1	2	3
昼食					 年始休園日		
午後							
午前	5 牛乳	6 麦茶、ビスケット	7 牛乳	8 りんごジュース	9 牛乳	10 麦茶、せんべい	
昼食	ケチャップライス ブロッコリーサラダ わかめスープ みかん缶	ご飯 鮭のケチャップ焼き 青菜のさっと煮 お雑煮風汁、バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみぞ汁 オレンジ	ご飯 豚キャベツ きゅうりの酢の物 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ	ご飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 さつま芋のみぞ汁 りんご	ご飯 ツナじゃが もやしのみぞ汁 バナナ	
午後	牛乳、きなこバナナ	牛乳、せんべい	牛乳、七草粥風	牛乳、ビスケット	牛乳、きな粉トースト	麦茶、ビスケット	
午前	12	13 麦茶、せんべい	14 牛乳	15 ドリンクヨーグルト	16 牛乳	17 麦茶、せんべい	
昼食		ご飯 さばのカレー風味焼き こまつの海苔和え さつまいもとしめじのみぞ汁 オレンジ	米粉パン ボテじゃが ツナサラダ コンソメスープ りんご	中華丼 小松菜のごまマヨ和え 中華スープ バナナ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 グレープフルーツ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみぞ汁 バナナ	
午後		牛乳、ビスケット	牛乳、昆布おにぎり	牛乳、リッツジャムサンド	麦茶、フルーツヨーグルト	麦茶、せんべい	
午前	19 牛乳	20 麦茶、せんべい	21 牛乳	22 ぶどうジュース	23 牛乳	24 麦茶、せんべい	
昼食	食育ごはん たらのはちみつ照り焼き ワインナーのケチャップ和え 白菜のあっさり和え りんご じゃが芋と玉ねぎのみぞ汁	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ グレープフルーツ	ご飯 タンドリーチキン 切干し大根のサラダ なめこのみぞ汁 パイン缶	ゆかりご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 わかめのすまし汁 バナナ	ご飯 レバーのオーロラソースあえ 切干大根と小松菜のソテー なすのみぞ汁 オレンジ	キーマカレーライス わかめと豆腐のスープ バナナ	
午後	牛乳、じゃこマヨおにぎり	牛乳、ビスケット	麦茶、フルーチェ	牛乳、ビスケット	牛乳、せんべい	麦茶、ビスケット	
午前	26 牛乳	27 麦茶、ヨーグルト	28 牛乳	29 牛乳	30 麦茶、せんべい	31 麦茶、せんべい	
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	豆乳きのこクリームシチューライス かぼちゃとブロッコリーの和風あん オクラのスープ オレンジ	ご飯 厚揚げと豚肉のみぞ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	鶏肉丼 じゃがベーコン 青菜とえのきのすまし汁 りんご	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ	
午後	牛乳、ごまラスク(米粉パン)	牛乳、ビスケット	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、せんべい	麦茶、ビスケット	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆7日は七草の日メニューとなっております。

	Iカリギ - kcal	タンパク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	571	23.4	18	1.6
目標量	562	22.5	15.6	1.6
3才未満児	463	18.9	14.6	1.3
目標量	455	18.2	12.6	1.3

新年あけましておめでとうございます！

今年もこどもたちが毎日楽しく食事できるよう、保育園では栄養満点の給食をお届けします。1月は、お正月にちなんだメニューとして「お雑煮風汁」を提供します。お餅は安全面を考慮して入れずに、こどもたちも安心して食べられるよう工夫しています。

