

1月 おしょくじカレンダー

0	月	火	水	木	金	土
日	あけましておめでとうございます！本年もどうぞよろしくお願いたします。					4
乳児	<p>1月お誕生日を迎えるお友達(幼児)の☆お名前とそのお子さんが☆リクエストしてくれたメニューが入っています。 (日には前後することもありますので、ご了承ください。) 今月からひまわり組さんがリクエストしてくれたメニューが入っています。 🍀印がリクエストメニューと子どもの名前です。 3月までひまわり組さん全員のリクエストメニューが入ります。</p> 					麦茶 菓子
昼食						お弁当
おやつ						麦茶 菓子
日						6
乳児	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳 菓子	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	麦茶 菓子
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・さわらの味噌マヨ焼き ・ひじきの炒り煮 ・ブロッコリーのおかか和え ・ポトフ風スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豆腐の松風焼き ・れんこんの青のり炒め ・かぼちゃサラダ ・なめこの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦飯 ・ポークカレー ・ビーフン炒め ・大根サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ●わかめご飯(いっせいくん) ・鶏肉と高野豆腐の煮物 ・こふき芋 ・磯和え ・切干大根の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ポークケチャップ ・金平ごぼう ・もやしと竹輪の和え物 ・白菜の味噌汁 	お弁当
おやつ	牛乳 お好みマカロニ	牛乳 七草粥風	牛乳 マヨコーンパン	牛乳 ご飯ピザ	牛乳 ●カルピスゼリー(あおいくん)	麦茶 菓子
日	13	14	15	16	17	18
乳児	牛乳 菓子		麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳 菓子	麦茶 菓子
昼食	<p>成人の日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ぶりの照り焼き ・さつまいものバターソテー ・白和え ・長ねぎと小松菜の味噌汁 		<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ●鶏のから揚げ(まどかちゃん・みうちゃん) ・切干大根の煮物 ・白菜のツナのサラダ ・クリームスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ☆チーズハンバーグ(かなでちゃん) ・春雨炒め ・ナムル ・押麦スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ●鶏肉のポテト焼き(ゆなちゃん) ・さつまいもの甘辛炒め ・ひじきと枝豆のサラダ ・青菜の味噌汁 	お弁当
おやつ	牛乳 ★ケーキ(はるたくん)		牛乳 五平餅	牛乳 レモンマーガリンサンド	麦茶 フルーツヨーグルト	麦茶 菓子
日	20	21	22	23	24	25
乳児	牛乳 菓子	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	麦茶 菓子
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ●豚肉の生姜焼き(りょうくん) ・マカロニソテー ・乾物サラダ ・わかめの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏肉のマーメレード焼き ・大根の含め煮 ・春雨のマヨサラダ ・コーンクリームスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ●赤魚の煮付け(えいたくん) ・じゃが芋のチーズガレット ・小松菜の鮭そぼろ和え ・えのきの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンローフ ・きのこのバター醤油 ・五目和え ・とろろ昆布汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚バラ大根 ・ニラともやしのソテー ・ごぼうサラダ ・コンスープ 	お弁当
おやつ	牛乳 ドロップクッキー	牛乳 ライスロケット	ミロ 菓子 バナナ	牛乳 ●ココアケーキ(ゆみひろくん)	牛乳 ミルクもち(きな粉・ココア)	麦茶 菓子
日	27	28	29	30	31	
乳児	牛乳 菓子	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	麦茶 ヨーグルト	牛乳 菓子	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ●棒餃子(ももかちゃん・こうだいくん) ・ひじきとツナの炒め物 ・白菜のボン酢和え ・豆腐と長ねぎの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏肉のオニオンソース ・根菜煮物 ・切干大根の棒棒鶏風サラダ ・中華スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・白身魚フライ ・ジャーマンポテト風 ・ごま和え ・麩と玉ねぎの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーピラフのホワイトソースかけ ・おからナゲット ・キウイフルーツ ・コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりご飯 ・炒り豆腐 ・大学かぼちゃ ●マカロニサラダ(いっせいくん) ・大根の味噌汁 	
おやつ	牛乳 たこ焼き風ポテト	牛乳 ●ホットケーキ(みおちゃん)	牛乳 ショートブレッド	牛乳 青のりもちもちパン	牛乳 ●きつねうどん(こうきくん)	

※ 行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

○は乳児のみ、△は幼児のみの献立となっております。

<春の七草> 春の七草とは・・・せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(カブ)・すずしろ(大根)の7つです。
七草粥を食べると1年間を無病息災で過ごせるとされています。お正月の暴飲暴食で疲れた胃腸を労り、冬に不足しがちなビタミンも補える、理にかなったお粥です。