

# 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。)</p> <p>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"> <li>・ご飯</li> <li>・さわらの味噌マヨ焼き</li> <li>・ひじきの炒り煮</li> <li>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・ポトフ風スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豆腐の松風焼き</li> <li>・れんこんの青のり炒め</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・なめこの味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦飯</li> <li>・ポークカレー</li> <li>・ビーフン炒め</li> <li>・大根サラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●わかめご飯(いっせいくん)</li> <li>・鶏肉と高野豆腐の煮物</li> <li>・こふき芋</li> <li>・磯和え</li> <li>・切干大根の味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・ポークケチャップ</li> <li>・金平ごぼう</li> <li>・もやしと竹輪の和え物</li> <li>・白菜の味噌汁</li> </ul>	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"> <li>・ご飯</li> <li>・ぶりの照り焼き</li> <li>・さつまいものバターソテー</li> <li>・白和え</li> <li>・長ねぎと小松菜の味噌汁</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>●鶏肉のから揚げ(まどかちゃん・みうちゃん)</li> <li>・切干大根の煮物</li> <li>・白菜のツナのサラダ</li> <li>・クリームスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>☆チーズハンバーグ(かなでちゃん)</li> <li>・春雨炒め</li> <li>・ナムル</li> <li>・押麦スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>●鶏肉のポテト焼き(ゆなちゃん)</li> <li>・さつまいもの甘辛炒め</li> <li>・ひじきと枝豆のサラダ</li> <li>・青菜の味噌汁</li> </ul>	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"> <li>・ご飯</li> <li>●豚肉の生姜焼き(りょうくん)</li> <li>・マカロニソテー</li> <li>・乾物サラダ</li> <li>・わかめの味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鶏肉のマーメレード焼き</li> <li>・大根の含め煮</li> <li>・春雨のマヨサラダ</li> <li>・コーンクリームスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>●赤魚の煮付け(えいたくん)</li> <li>・じゃが芋のチーズガレット</li> <li>・小松菜の鮭そぼろ和え</li> <li>・えのきの味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・チキンローフ</li> <li>・きのこのバター醤油</li> <li>・五目和え</li> <li>・とろろ昆布汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚バラ大根</li> <li>・ニラともやしのソテー</li> <li>・ごぼうサラダ</li> <li>・コンスープ</li> </ul>	お弁当
おやつ	牛乳 ドロップクッキー	牛乳 ライスロケ	ミロ 菓子 パナナ	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"> <li>・ご飯</li> <li>●棒餃子(ももかちゃん・こうだいくん)</li> <li>・ひじきとツナの炒め物</li> <li>・白菜のボン酢和え</li> <li>・豆腐と長ねぎの味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鶏肉のオニオンソース</li> <li>・根菜煮物</li> <li>・切干大根の棒棒鶏風サラダ</li> <li>・中華スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・白身魚フライ</li> <li>・ジャーマンポテト風</li> <li>・ごま和え</li> <li>・麩と玉ねぎの味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーピラフのホワイトソースかけ</li> <li>・おからナゲット</li> <li>・キウイフルーツ</li> <li>・コンソメスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆかりご飯</li> <li>・炒り豆腐</li> <li>・大学かぼちゃ</li> <li>●マカロニサラダ(いっせいくん)</li> <li>・大根の味噌汁</li> </ul>	<p>&lt;春の七草&gt; 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。</p> <p>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。</p>
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。