

1月

献立表

このみ坂保育園

日	曜	種	献立	3時のおやつ	
4	土	汁	ごはん 照り焼きチキン わかめスープ	牛乳	きなこトースト
6	月	煮	ごはん プリ大根 カブと柚子の酢の物 きしめん雑煮	牛乳	芋ようかん
7	火	煮	七草粥 筑前煮 味噌汁 りんご	牛乳	金時豆
8	水	揚	ごはん 魚の塩焼き 五目炒め 味噌汁	牛乳	フルーツ白玉
9	木	焼	ごはん ポークピカタ ブロッコリーサラダ 味噌汁	牛乳	甘納豆蒸しパン
10	金	丼	ごはん カレー 豆のサラダ フルーツヨーグルト	牛乳	ぜんざい
11	土	麺	おにぎり 煮込みうどん フルーツ	牛乳	卵サンド
14	火	焼	ごはん マカロニグラタン 温野菜 コンソメスープ	牛乳	ドロップクッキー
15	水	煮	ごはん 魚の味噌煮 ばんさんす すまし汁	牛乳	バナナ
16	木	焼	ごはん タンドリーチキン ひじきの炒り煮 味噌汁	牛乳	甘辛団子
17	金	焼	ごはん 魚の西京焼き 切干大根煮 豚汁	牛乳	きつねうどん
18	土	麺	おにぎり ちゃんぽん フルーツ	牛乳	フライドポテト
20	月	汁	ごはん シチュー ほうれん草のナムル ざぜん豆	牛乳	じゃこトースト
21	火	焼	ごはん 魚のフライ 酢の物 ワンタンスープ	牛乳	クッキー
22	水	煮	ごはん すき焼き風煮 切干サラダ 味噌汁	牛乳	チーズ蒸しパン
23	木	揚	ごはん 魚のあんかけ 南瓜の含め煮 味噌汁	牛乳	フルーツヨーグルト
24	金	揚	 ごはん コロッケ ピクルス すまし汁	牛乳	豆腐のケーキ
25	土	麺	おにぎり 団子汁 フルーツ	牛乳	ホットケーキ
27	月	丼	ビビンバ丼 厚揚げサラダ 春雨スープ	牛乳	ふかし芋
28	火	煮	ごはん 魚の煮付け ポテトサラダ 味噌汁	牛乳	南瓜スコーン
29	水	揚	ごはん がんもどき 里芋味噌煮 けんちん汁	牛乳	草団子
30	木	炒	ごはん 八宝菜 高野豆腐の中華炒め わかめスープ	牛乳	きなこマカロニ
31	金	焼	ごはん 魚のカレームニエル れんこん金平 味噌汁	牛乳	人参蒸しパン



はお誕生会メニューです！

新年おめでとうございます。

冬休みは楽しかったですか？健やかな体と心で新しい年もすくすく成長して欲しいと思います。

今年も美味しい給食を作っていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

～七草粥～

七草は、早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うといわれました。

そこで無病息災を祈って七草粥を食べました。

また、お正月疲れが出始めた胃腸の回復にはちょうど良い食べ物です。



