

令和4年度
1月



新川北保育園

月	火	水	木	金	土
	例 園児共通献立 	4 ごはん 麦茶 シーフードカレー 大根わかめ和え オレンジ(キウイ)	5 ごはん 味噌汁(大根・ふのり) ツナじゃが 白菜お浸し パイン(グレープフルーツ)	6 ☆おもちつき☆ 雑煮 お餅 (みたらし・ごま・きなこ) みかん(バナナ)	7 ミートソーススパゲティ 麦茶 ほうれん草しらす和え りんご(オレンジ)
	3時のおやつ	牛乳・きなこマカロニ	牛乳・ジャムスコーン	七草風粥・鉄強化チーズ	牛乳・ビスケット
9 成人の日 	10 ごはん 味噌汁(麩・わかめ) ツナ入りオムレツ 大根のおかか和え グレープフルーツ(オレンジ)	11 ごはん 味噌汁(豆腐・人参) さばの竜田焼き 小松菜のナムル バナナ(みかん)	12 ふりかけごはん 味噌汁(玉葱・ふのり) うま煮 白菜ごま和え みかん(りんご)	13 ごはん 味噌汁(チングン菜・麩) 炒め納豆 もやしえのき和え いちご(キウイ)	14 わかめうどん 甘酢キャベツ オレンジ(みかん)
	牛乳・グレープゼリー・ビスケット	ヨーグルト・せんべい	牛乳・ソフトドーナツ	牛乳・コーンフレーククッキー	牛乳・せんべい
16	17 ごはん 味噌汁(人参・舞茸) ヒレカツ キャベツ中華和え いよかん(キウイ)	18 ごはん 麦茶 シーフードカレー ほうれん草のサラダ バナナ(オレンジ)	19 ごはん 味噌汁(大根・ふのり) ツナじゃが 白菜お浸し パイン(グレープフルーツ)	20 バターロール 人参ボタージュ ほっけのごま焼き キャベツと胡瓜のツナ和え みかん(バナナ)	21 ミートソーススパゲティ 麦茶 ほうれん草しらす和え りんご(オレンジ)
	牛乳・干し芋・せんべい	牛乳・メロンパン	牛乳・きなこマカロニ	牛乳・スイートポテト	牛乳・ビスケット
23	24 ごはん 味噌汁(豆腐・水菜) シーフードかき揚げ プロッコリー生姜和え オレンジ(グレープフルーツ)	25 ごはん 味噌汁(麩・わかめ) ツナ入りオムレツ 大根のおかか和え バナナ(みかん)	26 ふりかけごはん 味噌汁(玉葱・ふのり) 大豆と鶏肉の煮物 小松菜のナムル グレープフルーツ(オレンジ)	27 ごはん 味噌汁(チングン菜・麩) 炒め納豆 もやしえのき和え いちご(キウイ)	28 わかめうどん 甘酢キャベツ オレンジ(みかん)
	牛乳・つぶつぶコーンパン	牛乳・グレープゼリー・ビスケット	ヨーグルト・せんべい	牛乳・鉄強化クラッカー	牛乳・コーンフレーククッキー
30	31 ☆誕生日会☆ セレクトカレー(チキンorポーク) ↓トッピング↓・麦茶 ワイン・チーズ・ツナ・福神漬 大根サラダ(梅ドレッシング) 果物2種	2023年も健康にすごすために…			
	牛乳・干し芋・せんべい	<p>1月7日に七草粥を食べると、1年間健康にすごせるとのいわれがあります。給食では七草にみたてた野菜を使って「七草風粥」を6日(金)の3時のおやつで提供する予定です。裏面にはレシピを記載しておりますので、ぜひ参考にしてみてください。</p> <p>せり なずな ごぎょう はこべら ほとけのざ すすな すずし</p>			

☆1～2歳児：午前のおやつに牛乳と()内の果物を提供します。

☆献立は入荷の都合により変更する場合があります。