平成３０年度

1月献立表

三潴保育園

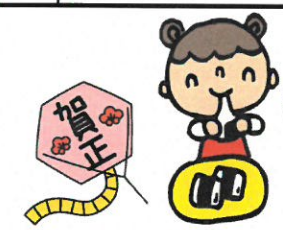
月	火	水	木	金	土
				4	5
				ツナと野菜の中華煮 白菜と春雨のスープ 果物 十六穀米（わかめ）	温そうめん 冬野菜の味噌煮 果物
				《３時のおやつ》 クラッカー・牛乳 ＜10時のおやつ＞ チーズ・牛乳	《３時のおやつ》 バームクーヘン・牛乳 ＜10時のおやつ＞ シスコーン・牛乳
7	8	9	10	11	12
がめ煮 七草入りかき玉汁 いりこのぎすけ煮 十六穀米	ハムエッグ 豚汁 ブロッコリー 十六穀米（かつお節）	魚のチーズ焼き きのこのカレーコンソメ 果物 十六穀米	おべんとうの日	豆腐とエビのケチャップ煮 マカロニサラダ 果物 十六穀米（ごま塩）	里芋と人参のそぼろ煮 はんぺんと水菜のすまし汁 果物 十六穀米
《３時のおやつ》 牛乳くずもち・ミルク ＜10時のおやつ＞ エイセイボーロ・牛乳	《３時のおやつ》 ポンデケージョ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ 果物・牛乳	《３時のおやつ》 人参ケーキ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ ビスケット・牛乳	《３時のおやつ》 丸ぼうろ・チーズ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ 果物・牛乳	《３時のおやつ》 ミニメロンパン・牛乳 ＜10時のおやつ＞ 黒棒・牛乳	《３時のおやつ》 ビスコ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ チーズ・牛乳
14	15	16	17	18	19
成人の日	竹輪の磯辺揚げ 雑菜 果物【セレクト】 十六穀米（ゆかり）	五色卵 じゃが芋の具だくさん汁 十六穀米 ヤクルト	厚揚げのゴマ味噌炒め 大根サラダ いりこ 十六穀米	魚のタンドリー風 野菜入りチキンスープ 果物 十六穀米（わかめ）	さつま芋のクリームシチュー カニスパサラダ 果物 十六穀米
	《３時のおやつ》 りんご入り蒸しケーキ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ かりんとう・牛乳	《３時のおやつ》 じゃこトースト・ミルク ＜10時のおやつ＞ 果物・ヤクルト・お茶	《３時のおやつ》 フルーツクリーム・牛乳 ＜10時のおやつ＞ クラッカー・牛乳	《３時のおやつ》 せんべい・牛乳 ＜10時のおやつ＞ チーズ・牛乳	《３時のおやつ》 ＜10時のおやつ＞ ウエハース・牛乳
21	22	23	24	25	26
小松菜チャーハン 鶏肉の香味焼き 中華スープ 梅サラダ	皮なしキッシュ カマボコと若布の味噌汁 果物 十六穀米（しらす）	豆腐の和風炒め ブロッコリーの酢の物 果物 十六穀米	魚のピザソース焼き 金時豆のクリームスープ 果物 十六穀米（ごま塩）	味噌おでん 白菜のゴママヨ和え いりこ 十六穀米	焼きうどん 五目汁 果物
《３時のおやつ》 マドレーヌ・ホットカルピス ＜10時のおやつ＞ 果物・牛乳	《３時のおやつ》 ぜんざい・ミルク ＜10時のおやつ＞ シスコーン・牛乳	《３時のおやつ》 中華風蒸しカステラ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ チーズ・牛乳	《３時のおやつ》 お好み焼き・牛乳 ＜10時のおやつ＞ エイセイボーロ・牛乳	《３時のおやつ》 ハニーサンド・牛乳 ＜10時のおやつ＞ 果物・牛乳	《３時のおやつ》 黒棒・チーズ・牛乳 ＜10時のおやつ＞ ビスケット・牛乳
28	29	30	31		
和風オムレツ さつま芋のスープ いりこ 十六穀米・ヤクルト	ビーフカレー ヨーグルト和え 十六穀米	魚の南蛮漬け 酸辣湯 果物【セレクト】 十六穀米	厚揚げのオイスターソース煮 ほうれん草とツナのサラダ 果物 十六穀米（のり佃煮）		
《３時のおやつ》 ココアクッキー・牛乳 ＜10時のおやつ＞ かりんとう・ヤクルト・お茶	《３時のおやつ》 青菜入りおかずパン・牛乳 ＜10時のおやつ＞ 果物・牛乳	《３時のおやつ》 パンせんべい・牛乳 ＜10時のおやつ＞ ウエハース・牛乳	《３時のおやつ》 中華ちまき・ミルク ＜10時のおやつ＞ チーズ・牛乳		

あけましておめでとうございます

今年もよろしくお願いします

1月19日(土)は親子試食会を行います。
子ども達と一緒に楽しい給食の時間を、
過ごして頂きたいと思います。

当日レシピを配布いたします。
簡単に作れるメニューですので
ご家庭でも、ぜひ作ってみ
てください。



1月の行事

１５日（火）
セレクトメニュー

２１日（月）
お誕生会

３０日（水）
セレクトメニュー