



1月のこんだて

平成30年1月1日
吉井北保育園

【給食目標】

感謝の気持ちを持って食事をしましょう。

日	曜	こんだてめい		お や つ		
				9時(未満児)	3時(共通)	
4	木	ご飯	肉と高野と野菜煮・紅白なます・田作り・厚揚げのみそ汁	きな粉マカロニ	牛乳	人参蒸しパン
5	金	ごまご飯	鶏の唐揚げ・キャベツの和え物・茶わん蒸し・えのきのすまし汁	りんご煮	牛乳	ココアタフィー
6	土	ご飯	ハヤシライス・野菜のサラダ・さつま芋のレモン煮	厚揚げ煮	牛乳	七草がゆ
9	火	パン	焼きそば・三色和え・かきたま汁・バナナ	きな粉団子	牛乳	オムライス
10	水	ご飯	すり身焼き・ほうれん草の胡麻和え・豆乳みそスープ	さつま芋煮	牛乳	クッキー・バナナ
11	木	ご飯	うどんすき・ちくわの磯辺あげ・わかめスープ	人参蒸しパン	牛乳	芋もち
12	金	麦ご飯	鮭のムニエル・切り干し大根の煮物・豆腐のみそ汁・みかん	胡麻トースト	牛乳	ぜんざい
13	土	ご飯	ビーフン炒め・大豆の五目煮・豚汁	人参グラッセ・お菓子	牛乳	もちもちチーズパン
15	月	人参ご飯	酢どり・マカロニサラダ・根菜の胡麻みそ汁・りんご	卵焼き	牛乳	サラダドック
16	火	ご飯	カレーうどん・松風焼き・ごまじゃこサラダ・バナナ	磯辺こふきいも	牛乳	小倉ケーキ
17	水	パン	ペンネグラタン・白菜のツナサラダ・ミックスビーンズスープ・りんご	豆腐煮	牛乳	炊き込みおにぎり
18	木	ご飯	煮込みハンバーグ・こふき芋・きゃべつと大豆の胡麻和え・白菜のみそ汁	にゅうめん	牛乳	フライドポテト
19	金	わかめご飯	魚の照り焼き・白菜の和え物・ひじきの炒り煮・団子汁	じゃが芋煮	牛乳	ハンバーガー
20	土	ご飯	野菜ソテー・ポテトサラダ・カレースープ	バナナ	牛乳	肉まん
22	月	ご飯	煮魚・大根煮・華シュウマイ・豆腐の五目汁・バナナ	大豆煮	牛乳	にゅうめん
23	火	ご飯	皿うどん・ほうれん草のナムル・中華スープ・りんごごもく	ホットケーキ	牛乳	バナナマフィン
24	水	ご飯	豆腐とひじきのギョッロケ・五目金平・水炊き風・みかん	厚揚げ煮	牛乳	五目いなり寿司
25	木	誕生会	 カツカレー ・パスタのサラダ ・温野菜 チンゲン菜スープ みかん	マカロニあべかわ	牛乳	りんごのパウンドケーキ
26	金	ご飯	魚の竜田揚げ・大根煮・根菜たっぷりうの花 ・ すまし汁・バナナ	ロールパン	牛乳	きな粉餅
27	土	ご飯	肉じゃが・小松菜の和え物・わかめのスープ	高野豆腐煮	牛乳	どらやき
29	月	ご飯	八宝菜・レバーの甘辛煮・けんちん汁・みかん	磯辺こふきいも	牛乳	ピザトースト
30	火	パン	ミートスパゲッティ・ビーンズサラダ・卵スープ・りんご	みたらし団子	牛乳	おじや
31	水	ご飯	野菜たっぷり和風ポトフ・彩り和え・中華スープ・バナナ	じゃがバター	牛乳	ヨーグルトパンケーキ



あけましておめでとうございます!(^^)!



今年も元気いっぱい子ども達に負けないよう、おいしく
楽しい食事を、心をこめて作っていきたいと思います♪

1月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。あたたか
い朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気に過ごせるように
していきましょう!!

