



1月のこんだて

平成31年1月4日

給食目標

感謝の気持ちを持って食事をしましょう。

吉井北保育園

日	曜	こんだてめい		お や つ		
				9時(未満児)	3時(共通)	
4	金	ご飯	筑前煮 紅白なます 煮豆 白菜のみそ汁 みかん	きな粉マカロニ	牛乳	黒糖蒸しパン
5	土	ご飯	カレーライス マカロニサラダ 春雨スープ	みたらし団子	牛乳	そうめん汁
7	月	ご飯	煮込みハンバーグ ポテトサラダ チンゲン菜スープ バナナ	厚揚げ煮	牛乳	七草がゆ
8	火	梅ご飯	きつねうどん 大豆の五目煮 千草焼き りんご	卵焼き	牛乳	フライドポテト
9	水	ご飯	白菜入りメンチカツ コールスローサラダ さつま汁 バナナ	ごまトースト	牛乳	チーズスティック
10	木	ご飯	ひじきと豆腐のギョロツケ 五目金平 豚汁 みかん	ミルクもち	牛乳	ぜんざい
11	金	麦ご飯	ぶりの照り焼き 田作り ロール白菜 豆腐のみそ汁 バナナ	りんご煮	牛乳	さつま芋パイ
12	土	ご飯	豚肉と野菜炒め 茶わん蒸し すまし汁	野菜グラッセ	牛乳	コロコロドーナツ
15	火	パン	海鮮スパゲティ 三色和え ポタージュスープ りんご	具入り卵焼き	牛乳	オムライス
16	水	ご飯	鶏肉の甘酢あんかけ 白菜のおかか和え えのきのすまし汁 バナナ	こふきいも	牛乳	ヨーグルトパンケーキ
17	木	ご飯	ミートボール 和風胡麻サラダ クリームシチュー りんご	大豆煮	牛乳	あんこ巻き
18	金	ご飯	魚のムニエル きゃべつのゆかり和え おでん 切り干し大根のみそ汁 みかん	磯辺の卵焼き	牛乳	バタークッキー
19	土	ご飯	肉じゃが レバーの甘辛煮 卵スープ	バナナ	牛乳	きな粉団子
21	月	ご飯	れんこんのはさみ揚げ もやしのナムル カレースープ みかん	じゃが煮	牛乳	もちもちチーズパン
22	火	ご飯	焼きそば うの花 つみれ汁 バナナ	ラスク	牛乳	雑炊
23	水	パン	ポテトグラタン 野菜サラダ 中華スープ りんご	ホットケーキ	牛乳	高菜おにぎり
24	木	ご飯	すきうどん ほうれん草の胡麻和え すまし汁 みかん	ドライ南瓜	牛乳	ピザトースト
25	金	ごまご飯	煮魚とじゃが煮 彩和え けんちん汁 バナナ	マカロニあべかわ	牛乳	石垣団子
26	土	ご飯	ビーフン炒め レバーの甘辛煮 わかめスープ	チーズ蒸しパン	牛乳	煮豆・いりこ
28	月	ご飯	野菜たっぷり和風煮 白菜の胡麻和え 厚揚げのみそ汁 みかん	さつま芋団子	牛乳	肉まん
29	火	ご飯	ささ身のピカタ 根菜の胡麻マヨサラダ ミネストローネ りんご	厚揚げ煮	牛乳	バナナマフィン
30	水	ご飯	ちゃんぽん ひじきの炒り煮 納豆和え バナナ	きな粉団子	牛乳	サラダドッグ
31	木	お誕生会	炊き込みご飯 魚フライ 卵焼き 野菜のツナサラダ 紅白団子汁 みかん	ロールパン	ヤクルト	チーズケーキ

あけましておめでとうございます(^_^)

ますます寒さが厳しくなり冬本番ですね。今月は感染症がはやりやすくなってきます。手洗いうがいをしっかりしていきましょう！

食事をおいしく食べて元気な身体をつくるために、安全で栄養満点のおいしい給食作りに励みたいと思っています。

今年もどうぞよろしくお願いいたします(*^^*)

