



幼児クラス R8・1月

日	曜	昼食		3 時	
		主食	副食	のみのもの	おやつ
1	木	元旦			
5	月	わかめごはん	中華風ローストチキン・ブロッコリーサラダ・みそ汁	牛乳	蒸しパン
6	火	雑穀ごはん	キャベツと肉団子スープ・和え物・かぼちゃサラダ	牛乳	納豆焼き
7	水	麦ごはん	豚のみそ焼き・キャベツサラダ・豆腐のすまし汁	麦茶	七草がゆ
8	木	もちきびごはん	厚焼き玉子・レバーのもみじ和え・つぼん汁	牛乳	米粉のパンケーキ
9	金	七分づきごはん	八宝菜・ジャーマンポテト・中華スープ	麦茶	お餅つき
10	土		お餅つき		
12	月	成人の日			
13	火	雑穀ごはん	カレー肉じゃが・ほうれん草の和え物・豆腐のみそ汁	牛乳	チキンナゲット
14	水	麦ごはん	豆腐のみそ田楽・いものじっくりがし・白菜のみそ汁	麦茶	さけおにぎり
15	木	もちきびごはん	魚の西京焼き・大根なます・納豆・白菜とえのきのみそ汁	牛乳	さつまいもけんぴ
16	金	七分づきごはん	鶏肉のトマトソース・ブロッコリーサラダ・スープ	牛乳	おからスティック
17	土		米粉のおやつ・牛乳		
19	月	わかめごはん	鮭のムニエル[タルタルソース]・レタス・焼かぼちゃ・みそ汁	麦茶	ほしいも
20	火	雑穀ごはん	豚汁・納豆・ほうれん草ともやしと卵の和え物	牛乳	お好み焼き
21	水	チキンライス	誕生食(ハンバーグ・ポテトサラダ・スープ・果物)	牛乳	米粉いちごケーキ
22	木	もちきびごはん	タンドリーチキン・ブロッコリー・キャベツ・みそ汁	牛乳	バナナ
23	金	七分づきごはん	ぶり照り焼き・ごぼうの和え物・焼じゃが芋・白菜のみそ汁	麦茶	おにぎり・田作り
24	土		米粉のおやつ・牛乳		
26	月	わかめごはん	塩さば・白和え・じゃがいもとわかめのみそ汁・りんご	牛乳	米粉きな粉ぱん
27	火	雑穀ごはん	オイスターれもんチキン・こぶき芋・ブロッコリー・スープ	麦茶	せんべい
28	水	麦ごはん	春巻き・ブロッコリーとささみのサラダ・焼からいも・みそ汁	麦茶	枝豆昆布おにぎり
29	木	もちきびごはん	ハヤシライス・キャベツサラダ・ゆで卵・みそ汁	牛乳	おからケーキ
30	金	七分づきごはん	洋風卵焼き・れんこんサラダ・コーンスープ	麦茶	ひじきごはん
31	土		米粉のおやつ・牛乳		

1月7日(火)
「七草がゆ」

★今月の行事食★

