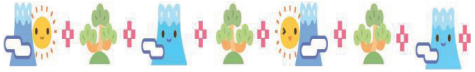
1がつこんだて

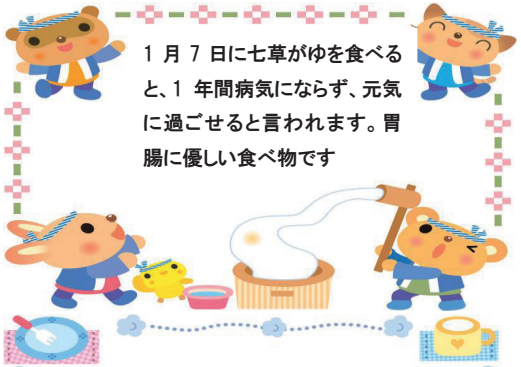
平成 28 年 1 月 1 日　　山田町第一保育所

なんでもたべよう



明けましておめでとうございます

楽しいお正月を過ごされたこととおもいます。子どもたちに喜んでもらえるような給食を作りたいと思います。よろしくお願い致します。



1 月 7 日に七草がゆを食べると、1 年間病気にならず、元気に過ごせると言われます。胃腸に優しい食べ物です

＊ハンバーガー　＊ハムと卵のサラダ
＊スパゲッティーナポリタン
＊スープ　＊フライドポテト
＊いちご・ぶどう

誕生会メニュー
15 日(水)

今 月 の 予 定

13 日（水）みずき団子作り　22 日（金）避難訓練
15 日（水）誕生会　29 日（金）ごっこあそび

※誕生会、みずき団子作りはお弁当(ご飯)はいりません
※3 才以上児の栄養価について
副食給食となっているため、主食分の栄養分(ご飯)の栄養価が含まれていません。
参考　主食…ご飯　110g(目安量)はエネルギー185 カロリーとなります。

日	曜	午前おやつ（未満児）	昼食 全園児	全園児午後のおやつ	栄養価 未満児	栄養価 以上児
1	金		年始			
2	土					
3	日					
4	月	牛乳・せんべい	擬製豆腐・しょうゆフレンチ・ブロッコリーソテー・豆腐の味噌汁・りんご	牛乳・クッキー	481	390
5	火	牛乳・動物クッキー	ミートローフ・スパゲッティーサラダ・野菜のゆかり和え・コンソメスープ・バナナ	牛乳・おっとっと	524	447
6	水	牛乳・たまごボーロ	鮭フライ・大豆五目煮・ナムル・なめこの味噌汁・オレンジ	牛乳・ミニドーナッツ	480	500
7	木	牛乳・ジャムパン	鶏肉のソース焼き・パンプキンサラダ・浸し和え・じゃがいもの味噌汁・りんご　七草	牛乳・山田せんべい	490	430
8	金	牛乳・バナナ	さばの黄金焼き・じゃがいもの炒め煮・フレンチりんごサラダ・ニラ卵の味噌汁・みかん	100%ジュース・ミニパン	650	591
9	土	牛乳・ウエハース	ドライカレー・乳酸飲料・グレープフルーツ	お菓子		
10	日					
11	月					
12	火	100%ジュース・プリッツ	たこ天・中華サラダ・トマト・大根の味噌汁・グレープフルーツ	牛乳★ピザトースト	550	416
13	水	牛乳・源氏パイ	鶏肉の味噌つけ焼き・大根サラダ・トマト・厚揚げの味噌汁・みかん　みずき団子	牛乳・クッキー	460	410
14	木	豆乳・ミニマドレーヌ	カレー・コーンサラダ・ボイルウインナー・わかめスープ・いちご	牛乳・とんがりコーン	530	483
15	金	牛乳・マリービスケット	誕生会	ヨーグルト	680	658
16	土	牛乳・とんがりコーン	中華丼・牛乳・オレンジ	お菓子		
17	日					
18	月	牛乳・バナナ	チーズハンバーグ・ひじきの和風サラダ・トマト・ほうれん草の味噌汁・りんご	牛乳★フレークファッチ	589	509
19	火	牛乳・動物クッキー	タラのパン粉焼き・大根サラダ・枝豆・豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・バームクーヘン	480	360
20	水	ヨーグルト	五目卵焼き・大豆サラダ・野菜のゆかり和え・そうめん汁・グレープフルーツ	牛乳・おっとっと	475	333
21	木	牛乳・バナナ	鮭のマヨネーズ焼き・ジャーマンポテト・和風サラダ・豚汁・キウイフルーツ	フルーツゼリー・ウエハース	448	332
22	金	豆乳・プリッツ	松風焼き・スパゲッティーソテー・茹でブロッコリー・白菜の味噌汁・みかん	牛乳★ガトーショコラ	570	520
23	土	牛乳・ミニパン	スパゲッティーミートソース・ミニジュース・グレープフルーツ	お菓子		
24	日					
25	月	牛乳・オレンジ	エビグラタン・ブロッコリーと卵のサラダトマト・卵スープ・バナナ	牛乳・とっとぱん	539	441
26	火	牛乳・おっとっと	豚肉のごまだれ焼き・大根とツナのサラダ・さつま芋の天ぷら・豆腐の味噌汁・りんご	牛乳・クッキー	430	340
27	水	牛乳・ミニマドレーヌ	ぶりの照り焼き・千切り野菜の炒め煮・ブロッコリーのおかか和え・なめこの味噌汁・バナナ	ヨーグルト・クラッカー	444	408
28	木	はちみつりんご・マンナ	野菜メンチカツ・三食コールスロー・トマト・大根の味噌汁・オレンジ	牛乳・田老かりんとう	500	475
29	金	牛乳・ムーンライト	麻婆豆腐・中華サラダ・いそべ揚げ・野菜スープ・グレープフルーツ	牛乳・ミニマドレーヌ	550	446
30	土	牛乳・マンナウエハース	タコライス・乳酸飲料・バナナ	お菓子		
31	日					