



# 1月献立表



令和3年1月4日 社会福祉法人三心会豊間根保育園

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	金			年始休み			
2	土			年始休み			
3	日			年始休み			
4	月	牛乳・ビスコ		鮭塩焼き・千切り野菜の炒め煮・お浸し・ 大根味噌汁・バナナ		牛乳★きな粉蒸しパン	
5	火	牛乳・ サッポロポテト		鶏の味噌焼き・五目きんぴら・カボチャ煮・ 小松菜味噌汁・オレンジ		牛乳・ブリッツ (ぱりんこせんべい)	
6	水	牛乳・ハーベスト		麻婆豆腐・春雨サラダ・さつま芋天ぷら・ 若布スープ・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳・ビスケット	
7	木	牛乳・ウエハース		鱈パン粉焼き・大根サラダ・もやし炒め・ 豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳 ★コーンマヨトースト	
8	金	牛乳・コーン菓子		カレー・コーンサラダ・ポイルウインナー・ 野菜スープ・バナナ (みずき団子作り)		牛乳★みずき団子	
9	土	麦茶・塩せんべい		タコライス・野菜スープ・オレンジ		麦茶・パイ菓子	
10	日						
11	月			成人の日			
12	火	牛乳・パイ菓子		鮭南部焼き・しょうゆフレンチ・ひじき煮・ 豆腐味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・ ハッピーターン	
13	水	牛乳・ビスケット		豚カツ・キャベツのごまサラダ・トマト・ 大根味噌汁・りんご		麦茶★焼きおにぎり	
14	木	牛乳・ビスコ		タンドリーチキン・野菜炒め・枝豆・ 高野豆腐味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳★ドーナツ	
15	金	牛乳・ サッポロポテト		鱈マヨチー焼き・スパゲティサラダ・ こふき芋・小松菜味噌汁・オレンジ		牛乳★麩ラスク	
16	土	麦茶・ハーベスト		ハヤシライス・コンソメスープ・バナナ		麦茶・ビスケット	
17	日						
18	月	牛乳・ウエハース		鯖香味焼き(鯖香味焼き)・ポテトサラダ・ トマト・もやし味噌汁・りんご		牛乳 ★ショートブレッド	
19	火	牛乳・コーン菓子		ハンバーガー・鶏唐揚げ・大豆サラダ・ ナポリタン・野菜スープ・オレンジ (誕生会)		★リンゴゼリー	
20	水	牛乳・塩せんべい		豚ごまだれ焼き・マカロニサラダ・枝豆・ なめこ汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳★揚げパン	
21	木	牛乳・パイ菓子		信田巻・ブロッコリーツナ和え・ さつま芋甘煮・若布味噌汁・りんご		ジョア(マスカット) ★洋風おこし	
22	金	牛乳・ビスケット		鮭西京焼き・切り干し大根煮・ 竹輪のピザ焼き・豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳・パイ菓子	
23	土	麦茶・ビスコ		チキンカツ・シルバーサラダ・トマト・ 大根味噌汁・バナナ (2歳児参観日)		麦茶・塩せんべい	
24	日						
25	月	牛乳・ クラッカー		豚竜田揚げ・すき昆布煮・枝豆・ じゃが芋味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳★しょうゆ団子	
26	火	牛乳・ハーベスト		鱈青のりフライ・和風サラダ・ナムル・ 豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳★大学芋	
27	水	牛乳・ウエハース		豚マーマレード焼き・ごぼうサラダ・ きゅうり中華和え・野菜スープ・りんご		ミニジュース・ サッポロポテト	
28	木	牛乳・コーン菓子		鮭照り焼き・ビーフンソテー・ さつま芋ボール・なめこ汁・バナナ		牛乳★パウンドケーキ	
29	金	牛乳・塩せんべい		すき焼き風煮・ほうれん草ツナ和え・彩納豆・ 若布味噌汁・オレンジ		牛乳・ビスケット	
30	土	麦茶・ビスコ		スパゲティミートソース・野菜スープ・バナナ		麦茶・パイ菓子	
31	日						

1月平均摂取エネルギー(以上児:587Kcal・未満児:524Kcal)

※ご家庭での食事において変化等がありましたら、お知らせ下さい。

※おやつは手作り・市販品共にアレルギーフリーの物を提供します。

※( )内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪・かまぼこ等の加工食品はアレルギーフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにしてお持ち下さい。以上児(3・4・5歳児)は食べられる量のご飯を持参してください。(誕生会・土曜日は園で提供します。)

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。