



1月献立表



令和4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	土			年始休み			
2	日			年始休み			
3	月			年始休み			
4	火	牛乳・ビスコ		鮭塩焼き・千切り野菜の炒め煮・ マカロニサラダ・豆腐味噌汁・バナナ		牛乳・ブリッツ (ばりんこせんべい)	
5	水	牛乳・ サッポロポテト		鶏ねぎ塩だれ焼き・五目きんぴら・ カボチャ煮・小松菜味噌汁・オレンジ		牛乳・歌舞伎揚げ (ビスコ)	
6	木	牛乳・ハーベスト		麻婆豆腐・春雨サラダ・さつま芋煮・ 若布スープ・バナナ		牛乳・ビスケット (動物ビスケット)	
7	金	牛乳・ウエハース		鱈パン粉焼き・もやし炒め・トマト・ 豆腐味噌汁・バナナ		牛乳★ブルーベリーパ ウンド	
8	土	ヨーグルト		タコライス・りんごジュース・バナナ		麦茶・パイ菓子	
9	日						
10	月			成人の日			
11	火	牛乳・ サッポロポテト		鶏の唐揚げごま風味・スパゲティサラダ・ 茹でブロッコリ・豆腐味噌汁・バナナ		ヨーグルト・ ハッピーターン	
12	水	牛乳・パイ菓子		鮭南部焼き・しょうゆフレンチ・ひじき煮・ 豆腐野菜味噌汁・オレンジ		牛乳★フライドポテト (いちごジャムサンド)	
13	木	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・バナナ		牛乳・チョコポッキー (星たべよせんべい)	
14	金	牛乳・ビスコ		カレー・コーンサラダ・たこさんウインナー・ 野菜スープ・バナナ (みずき団子作り)		牛乳★みずき団子 (動物ビスケット)	
15	土	麦茶・星たべよ		中華丼・野菜スープ・バナナ		麦茶・ビスケット	
16	日						
17	月	牛乳・えびせん		すき焼き風煮・ブロッコリー和え・カボチャ 煮・若布味噌汁グレープフルーツ(バナナ)		牛乳・ばかうけせんべい (ビスコ)	
18	火	牛乳・ ばりんこせんべい		鯖香味焼き(鱈香味焼き)・マカロニサラダ・ トマト・もやし味噌汁・バナナ		牛乳・ぼたぼた焼き (ブリッツ)	
19	水	牛乳・コーン菓子		タンドリーチキン・野菜炒め・きゅうり中華 和え豆腐味噌汁・バナナ		麦茶 ★鮭おにぎり	
20	木	牛乳・塩せんべい		鱈の洋風焼き・すき昆布煮・フレンチサラダ・ じゃが芋味噌汁・オレンジ		ジョア(マスカット) ハッピーターン	
21	金	牛乳・パイ菓子		チキンピラフ・鶏唐揚げ・ハムサラダ・ ナポリタン・野菜スープ・オレンジ (誕生会)		★グレープゼリー	
22	土	ヨーグルト・ おととと		鶏の甘辛煮・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・星たべよせんべい	
23	日						
24	月	牛乳・ 星たべよせんべい		鱈マヨチー焼き・大根サラダ・トマト・ 豆腐味噌汁・バナナ		牛乳・パイ菓子	
25	火	牛乳・ クラッカー		タコミート・マカロニサラダ・ナムル・ なめこ汁・りんご		牛乳★ピザパン	
26	水	牛乳・ハーベスト		鱈青のりフライ・和風サラダ・トマト・ 豆腐味噌汁・バナナ		牛乳★山田せんべい餅	
27	木	牛乳・ウエハース		豚マーマレード焼き・コーンサラダ・ きゅうり中華和え・オレンジ・野菜スープ・		ジョア(マスカット) サッポロポテト	
28	金	牛乳・ とんがりコーン		チューリップの唐揚げ・ビーフソテー・ ゆかり和え・白菜味噌汁・バナナ		牛乳・チョコポッキー (星たべよせんべい)	
29	土	ヨーグルト		スパゲティミートソース・野菜スープ・バナナ		麦茶・ハッピーターン	
30	日						
31	月	牛乳・おととと		鮭フライ・切り干し大根煮・ 竹輪のピザ焼き・豆腐味噌汁・りんご		牛乳★ドーナツ	

1月平均摂取エネルギー(以上児:598Kcal・未満児:536Kcal)

※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。

<世界の料理と“いただきます”のあいさつ>メキシコ料理 タコス風タコスミートを予定しています。 あいさつアーメン。

<岩手一周給食>野田の塩を使用した鶏ねぎ塩だれ焼きを予定しています。

