



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3 休園	4 希望保育	5	6	7 <b>人日の節句</b>	8
	お弁当持参の日 	バトウフライ バトウ、パン粉、付) さつま芋 マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、キャベツ、人参、ハム、マヨドレ 人参ココロスープ 人参、玉ねぎ、ウインナー、パセリ 果物(バナナ) 黒豆マフィン 牛乳	茶飯 オレンジチキン 鶏肉、玉葱、OJ、ケチャップ、付) 焼き蓮根 小松菜のじゃこ和え 小松菜、人参、ちりめんじゃこ 具だくさん味噌汁 大根、人参、白菜、ごぼう、油揚げ、長ねぎ おやつきんぴら	★★鮭のムニエル 鮭、マカリ、付) 粉ふき芋 コールスローサラダ キャベツ、きゅうり、パイン、レーズン 春雨スープ 春雨、人参、玉ねぎ、もやし、わかめ 果物(みかん) 七草おにぎり はりはり漬け	牛丼 牛肉、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく きゅうりのごま酢和え キャベツ、きゅうり、もやし、ごま 玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ、人参、豆腐、ねぎ 菓子牛乳
10 祝日	11 <b>鏡開き</b>	12 <b>誕生会</b>	13	14	15
	ぶりの照り焼き ぶり、付) ほうれん草 かぶの酢の物 かぶ、人参、きゅうり、ごま えのきの味噌汁 豆腐、えのき、玉ねぎ、人参、わかめ 果物(みかん) おしるこ	ロールパン エビフライ、ウインナー 酢味噌和え ブロッコリー、カリフラワー、カニカマ、ごま クリームシチュー 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、しめじ、グリンビ、牛乳、米粉 果物(りんご) キャンドルケーキ 牛乳	豆腐入り松風焼き 豆腐、鶏シチ、玉葱、人参、えのき、ねぎ、味噌、ごま、青のり、付) ブロッコリー 磯和え ほうれん草、人参、しめじ、もみり もやしのすまし汁 もやし、わかめ、ねぎ 菓子牛乳	麦ご飯 さばの梅煮 さば、梅干 れんこんきんぴら 蓮根、人参、ごま ★豚汁・果物(バナナ) 豚肉、さつま芋、人参、ごぼう、大根、長ねぎ りんごクッキー 牛乳	ひじきご飯 ひじき、人参、ごぼう、しめじ、ツナ、絹さや 納豆和え ほうれん草、納豆、人参、もみのり 親子汁 鶏肉、卵、豆腐、玉葱、ねぎ 菓子牛乳
17	18	19 <b>カミカミday</b>	20	21 <b>ふれあいフッキング(年長)</b>	22
ミートスパゲッティ 合シチ、玉葱、人参、パプリカ、ピーマン、トト缶、ケチャップ ごぼうサラダ ごぼう、人参、きゅうり、ツナ、コーン、ごま、マヨドレ 野菜スープ キャベツ、玉ねぎ、えのき、わかめ 果物(バナナ) ゆかりおにぎり カリカリいりこ	高野豆腐ハンバーグ 合シチ、高野豆腐、玉葱、パン粉、ケチャップ、付) ★人参グラッセ キャベツの甘酢和え キャベツ、きゅうり、カニカマ、人参 大根のみそ汁 大根、玉葱、油揚げ、ねぎ 果物(りんご) コーンチーズ蒸しパン 牛乳	もち麦ご飯 カレイの唐揚げ カレイ(未満児)、干カレイ(以上児)、付) 粉ふき芋 大根のおかか和え 大根、きゅうり、人参、かつお節 すまし汁・果物(みかん) 豆腐、玉ねぎ、豆苗、わかめ じゃこチップス 牛乳	すき焼き風煮 牛肉、大根、人参、白菜、焼き豆腐、白滝、椎茸、心、長ねぎ ほうれん草のごま和え ほうれん草、もやし、人参、ごま たまねぎの味噌汁 玉葱、わかめ 菓子牛乳	あいじょう弁当の日 	ドライカレー 合ミンチ、玉ねぎ、人参、レーズン、グリンビ カミカミサラダ 切干大根、きゅうり、人参、コーン、するめ、マヨドレ キャベツスープ キャベツ、玉ねぎ、しめじ、パセリ 菓子牛乳
24	25	26 <b>おべんとうやさん</b>	27	28	29
みそ煮込みうどん 鶏肉、白菜、長ねぎ、ごぼう、玉葱、人参、油揚げ かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ、鶏ひき肉、いんげん カリカリいりこ 果物(みかん) キャベツ炊き込みご飯 チーズ	ポークビーンズ 豚肉、じゃが芋、大豆水煮、玉葱、グリンビ、ケチャップ、トト缶 バンサンスー 春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま 心のすまし汁 心、玉ねぎ、しめじ、わかめ フルーツヨーグルト +クラッカー	★鮭の塩焼き 鮭、付) ブロッコリー ミルクおから おから、豚挽き肉、玉葱、人参、ねぎ、チーズ、牛乳 みそ汁(未満児) ポテト(以上児) 果物(★りんご) 菓子牛乳	チキン南蛮(外外) 鶏肉、玉ねぎ、卵、マヨ 小松菜ののり和え 小松菜、人参、もみり のっぺい汁 大根、人参、油揚げ、椎茸、ごぼう、ねぎ 芋ようかん	黒米ごはん さばのおろし煮 さば、大根 白和え ほうれん草、しらたき、人参、豆腐、コーン、ごま、味噌 すまし汁・果物(バナナ) なめこ、玉葱、わかめ 肉まん風蒸しパン 牛乳	大豆ピラフ 水煮大豆、じゃこ、人参、玉葱、ベーコン、パセリ、マカリ 塩っぺ和え キャベツ、きゅうり、人参、塩昆布 ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、パセリ 菓子牛乳
31	<div style="border: 2px solid blue; padding: 10px;"> <p> 1月7日は「人日(じんじつ)の節句」といって七草がゆを食べる習わしがあります。春の七草であるセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ(かぶ)・スズシロ(大根)を用いて、塩で味つけをします。温かいおかゆを食べて1年の無病息災を願いましょう。</p> </div>				
焼きそば 豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、青のり、かつお節、天かす ひじきの華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま 中華風コーンスープ 卵、クリームコーン、玉葱、にら 果物(みかん) 鮭わかめおにぎり カリカリいりこ	<div style="border: 2px solid blue; padding: 10px;"> <p> <b>おしらせ</b> 今月から3月まで、年長児のリクエストメニューを順次入れていきます♪献立名に「★」マークをつけていますので、お楽しみに～😊</p> </div>				