



1月こんだて

愛徳幼稚園 離乳

かほく食品

あけましておめでとうございます

冬休みは元気にすごすことができましたか??年末年始はごちそうがたくさん!
お出かけなどで生活リズムが崩れがちです。

早寝・早起き・朝ごはん今年度も、元気にスタートさせたいものですね。
今年も、みなさんが元気に遊べるよう給食を作りたいと思いますので、どうぞ宜しくお願い致します。

月	火	水	木	金
6日	3日	4日	5日	6日
△おかゆ ○豆腐と枝豆の煮 ◎人参のスティック煮 (完) ◎みそ汁	△おかゆ ○白身魚の塩焼き ◎ブロッコリーの煮 (完) ◎オレンジ(生)	△◎野菜うどん △じゃが芋の煮 (完) ◎りんご(生)	△おかゆ ○豆腐としらすの煮 △さつま芋の煮 (完) ◎みそ汁	△おかゆ ○白身魚のみぞれ煮 ◎白菜の煮 (完) ◎バナナ(生)
9日	10日	11日	12日	13日
 成人の日	△おかゆ ○豆腐と人参の煮 ◎大根のスティック煮 (完) ○厚焼き玉子	△◎野菜うどん △かぼちゃのおやき (完) ◎オレンジ(生)	△おかゆ ○白身魚の煮 ◎人参のスティック煮 (完) ○高野の煮	△おかゆ ○肉団子 ◎きゅうりのスティック煮 (完) ◎みそ汁
16日	17日	18日	19日	20日
△おかゆ ○鶏肉と人参の煮 ◎白菜の煮 (完) ◎みそ汁	△おかゆ ○白身魚の塩焼き ◎ブロッコリーの煮 (完) ◎べっこう煮	△◎野菜うどん ○豆腐ステーキ (完) ◎りんご(生)	△おかゆ ○肉団子 ◎人参のスティック煮 (完) ◎バナナ(生)	△おかゆ ◎ブロッコリーと麩の煮 △じゃが芋の煮 (完) ◎野菜スープ
23日	24日	25日	26日	27日
△おかゆ ○白身魚の煮 ◎大根のスティック煮 (完) ○厚焼き玉子	△おかゆ ○肉団子 ◎人参のスティック煮 (完) ◎バナナ(生)	△◎野菜うどん ◎ブロッコリーの煮 (完) ◎オレンジ(生)	△おかゆ ○豆腐としらすの煮 △かぼちゃの煮 (完) ◎みそ汁	△おかゆ ○鶏肉のトマト煮 ◎キャベツ煮 (完) ◎みそ汁
				熱量 148 kcal 蛋白質 7.7 g 脂質 2.5 g

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの

※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



1月こんだて

愛徳幼稚園

かほく食品

あけましておめでとうございます

冬休みは元気にすごすことができましたか??年末年始はごちそうがたくさん!
お出かけなどで生活リズムが崩れがちです。

早寝・早起き・朝ごはん今年度も、元気にスタートさせたいものですね。
今年も、みなさんが元気に遊べるよう給食を作りたいと思いますので、どうぞ宜しくお願い致します。

月	火	水	木	金
6日	7日	8日	9日	10日
△菜飯 ○魚の照り焼き ○伊達巻 ◎甘酢和え ◎みそ汁	△きな粉揚げパン △◎クリームシチュー ◎ブロッコリーごま和え ◎オレンジ(生)	△◎ナポリタン ○メンチカツ ◎りんご(生)	△ごはん ○からあげ ◎カットコーン ◎マカロニサラダ ◎みそ汁	△◎カレーライス ◎フルーツミックス
13日	14日	15日	16日	17日
 成人の日	△ごはん ○コロッケ ○厚焼き玉子 ◎シルバーサラダ ◎コンソメスープ	△◎かやくうどん ○ハムカツ ◎オレンジ(生)	△ごはん ○赤魚の煮 ○高野の煮 ◎お浸し ◎すまし汁	△ごはん ○鶏肉のトマト煮 ○オムレツ △ポテトサラダ ◎みそ汁
20日	21日	22日	23日	24日
△ごはん ○豚のスタミナ炒め ◎しらす和え ◎みそ汁	△ごはん ○魚のマヨパン粉焼き ○豆乳入りしんじょ ◎べっこう煮 ◎みそ汁	△◎ちゃんぽん ○肉まん ◎りんご(生)	△◎ハンバーガー △フライドポテト ◎コーンクリームスープ ◎お誕生日ケーキ	△コーンバター飯 ○梅しそ竜田揚げ ◎ブロッコリーのツナマヨ和え ◎野菜スープ
27日	28日	29日	30日	31日
△ごはん ○白身フライ ○厚焼き玉子 ◎吹寄せ煮 ◎みそ汁	△◎そぼろ丼 ◎春巻き ◎中華スープ	△◎ブラウンシチュー △味付ロール ○ヒレカツ ◎オレンジ(生)	△ごはん ○鶏肉の照り焼き ◎枝豆ととうもろこしのつまみ揚げ ◎野菜炒め ◎みそ汁	△ごはん ○野菜と豚肉の炒め物 ◎千草和え ◎みそ汁
				熱量 431 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 12.5 g

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの

※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。