



1がつのこんだて



社会福祉法人 江刺保育園

	月	火	水	木	金	土
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	<div>2026年もよろしく お願い申し上げます</div> <div>春の七草</div> <div>お知らせ</div>					
昼食	<div>1年の最初の節句である「人日（じんじつ）の節句」が1月7日。七草の節句とも呼ばれ、1年間の無事を祈り七草がゆを食べる日ですが、保育園の今年のメニューは、七草の中にあるすずろ（大根）とすずな（かぶ）を使ったメニューにし、すずしろは豆乳けんちん汁に、すずなはかぶとツナの煮物で七草を味わいます。</div> <div>8日はもちつき会と誕生祝会です。今年以上児のひきな汁に一口分のおもちを入れるのみにしました。他メニューは統一メニューです。 餅つきを見ること、体験することは変わらず季節・文化の行事として継続します。</div> <div>16日の午後おやつは、災害食メニューとなります。いつもと違った対応となりますが、子ども達にも天災時の食べものについて知る、水が出ない、給食が作れないなどの大変な時の食べ</div>					
午後おやつ	<div>今年度も、残り3か月の園生活となる年長児（すみれぐみ）さんによるリクエストメニューが、1〜3月の献立に入ります。このメニューがもう一度食べたい！と思うメニューを聞きました。</div> <div>1月は5名のおともががはてきています。</div> <div>〇〇さんと名前があると</div>					
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	286Kcal/8.2g/7.8g/0.2g 286Kcal/8.2g/7.8g/0.2g きゅうにゅう(100)	495Kcal/19.3g/19.6g/1.0g 419Kcal/20.4g/22.8g/1.3g きゅうにゅう(100) おこさませんべい むぎごはん	497Kcal/19.6g/14.8g/0.8g 411Kcal/20.9g/15.3g/1.2g きゅうにゅう(100) おこさませんべい むぎごはん	518Kcal/21.0g/13.1g/1.3g 625Kcal/25.1g/13.9g/1.7g 誕生祝会 (餅つき会) ケーキ おこさませんべい むぎちゃん	501Kcal/22.0g/18.5g/1.5g 427Kcal/21.8g/19.6g/2.1g きゅうにゅう(100) おこさませんべい むぎごはん	495Kcal/19.3g/11.1g/0.8g 359Kcal/16.8g/10.7g/0.8g きゅうにゅう(100)
昼食	5 手作り弁当 水筒も持ってきてください ブルー	6 ねぎとあぶらあげのみそしる みかん	7 とうにゅうけんちんじる りんご	8 いろいろごはん まつかぜやき こはくなます ひきなじる みかん	9 やさしいオムレツ ひじきりちゅうかサラダ ごまなっとう わかめじる りんご	10 おさかなじる バナナ
午後おやつ	ほしいも きゅうにゅう(未100 以200)	ポテトパンケーキ きゅうにゅう(未100 以200)	きなきバナナ きゅうにゅう(未100 以200)	アンパンマンケーキ ジョア(ストロベリー)	かぼちゃのクラッカーサンド きゅうにゅう(未100 以200)	ミニあんぱん きゅうにゅう(未100 以200)
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	497Kcal/18.8g/16.6g/1.2g 420Kcal/19.9g/18.6g/1.6g きゅうにゅう(100)	503Kcal/21.7g/13.7g/1.5g 417Kcal/18.9g/15.4g/1.7g きゅうにゅう(100)	497Kcal/18.5g/15.5g/0.9g 410Kcal/21.5g/17.0g/1.3g きゅうにゅう(80)	497Kcal/20.6g/15.2g/1.5g 412Kcal/22.2g/16.0g/1.9g きゅうにゅう(100) おこさませんべい	507Kcal/21.0g/15.7g/1.1g 419Kcal/22.8g/16.5g/1.7g きゅうにゅう(80)	446Kcal/18.7g/9.5g/1.2g 305Kcal/15.7g/8.9g/1.1g きゅうにゅう(100)
成人の日	12 大人の男女	13 サツ みれ 教室 おこさませんべい むぎごはん ごぼうのわふうつくね やさしいごん ミニトマト ほうれんそうのみそしる みかん	14 こやどふうのみそしる みかん	15 じゃがいものみそしる りんご	16 いしかりなべ バナナヨーグルト バナナ	17 ぐだくさんスープ バナナ
午後おやつ	ほしいも きゅうにゅう(未100 以200)	あずきおにぎり きゅうにゅう(未100 以200)	あずきすいとん きゅうにゅう(未100 以200)	ミロトースト きゅうにゅう(未100 以200)	ごもくがゆ カンパン	ほしいも きゅうにゅう(未100 以200)
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	497Kcal/18.8g/16.6g/1.2g 420Kcal/19.9g/18.6g/1.6g きゅうにゅう(100)	513Kcal/22.0g/19.5g/1.5g 410Kcal/20.5g/19.4g/1.7g きゅうにゅう(100)	505Kcal/21.7g/15.1g/0.9g 423Kcal/22.1g/16.5g/1.1g きゅうにゅう(80)	500Kcal/20.4g/19.7g/1.1g 418Kcal/20.6g/22.4g/1.5g きゅうにゅう(100) おこさませんべい	502Kcal/23.8g/12.2g/1.9g 414Kcal/23.9g/13.6g/2.4g きゅうにゅう(100) おこさませんべい	468Kcal/15.7g/13.4g/1.4g 330Kcal/13.2g/12.9g/1.3g きゅうにゅう(100)
昼食	19 ひじきりたまごスープ りんご	20 カラフルスープ ヨーグルト	21 まめめじる バナナ	22 オクラなっとう たまねぎのみそしる りんご	23 こまつなのクリームシチュー りんご	24 さけとだいごんのシチュー バナナ
午後おやつ	むぎちゃん ゴマのおやき きゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん おせけんべい きゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん いちごむしケーキ きゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん にんじんポッキー きゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん きゅうにゅう(100)	むぎウエハース きゅうにゅう(未100 以200)
熱/蛋/脂/塩 熱/蛋/脂/塩 未満児 午前おやつ 未満児主食	490Kcal/19.8g/12.5g/1.1g 407Kcal/20.4g/13.3g/1.6g きゅうにゅう(100) おこさませんべい	499Kcal/19.6g/18.4g/1.5g 411Kcal/18.9g/19.1g/1.8g きゅうにゅう(100)	492Kcal/18.6g/13.5g/1.1g 412Kcal/19.5g/15.0g/1.4g きゅうにゅう(100)	502Kcal/21.6g/14.8g/1.4g 410Kcal/22.7g/15.9g/1.7g きゅうにゅう(100) かーさんビスケット	492Kcal/19.2g/11.2g/0.9g 425Kcal/21.2g/15.0g/1.2g バナナ おこさませんべい	466Kcal/17.5g/15.4g/1.3g 330Kcal/15.1g/15.0g/1.3g きゅうにゅう(100)
異年齢交流会	きくち	きくち	きくち	きくち	きくち	きくち
昼食	26 とんじる バナナ	27 ふとほうれんそうのすましじる みかん	28 きのこじる りんご	29 こまつなのみそしる いよかん	30 まぐろのおろしかけ ほうれんそうのちくわあえ ミニトマト みそワタンスープ りんご	31 ふたにくだいずのトマトシチュー バナナ
午後	むぎちゃん ようふうおこのみやき	むぎちゃん ココアクッキー	むぎちゃん ごべいもち	むぎちゃん やきそば	むぎちゃん ごまだんご	かぶきあげ

