









# 1がつのこんだて

月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食		206Kcal/7.4g/8.3g 206Kcal/7.4g/8.3g ぎゅうにゅう(100)	501Kcal/21.8g/14.5g 421Kcal/22.9g/15.4g ぎゅうにゅう(100)	475Kcal/13.6g/9.8g 392Kcal/13.4g/12.0g おごさませんべい むぎちゃ	423Kcal/15.7g/13.0g 304Kcal/13.5g/12.6g ぎゅうにゅう
年始お休み 今年もよろしくお祈りします <b>2</b> 	年始お休み <b>3</b> 	手作り弁当日 <b>4</b> みかん 	むぎごはん とりのみぞれあんかけ ゴールデンサラダ <b>5</b> すましじる ブルーベリー	むぎごはん おからクロック ブロッコリーのうめおかかあえ ごまなっとう わかめじる ぶどうゼリー <b>6</b> むぎちゃ おからスープレット	ゆかりごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください さけとだいのコンシチュー みかん <b>7</b> むぎちゃ ソフトサラダ
午後 おやつ		むぎちゃ こめぼう おかき ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ みそおしけーき ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ななくぎチャーハン りんご	むぎちゃ ソフトサラダ ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	441Kcal/17.2g/16.6g 365Kcal/17.4g/18.9g ぎゅうにゅう(100)	470Kcal/14.2g/15.7g 394Kcal/14.9g/19.1g こんぶおかし むぎちゃ	489Kcal/21.7g/12.4g 555Kcal/23.8g/10.6g ぎゅうにゅう(100)	488Kcal/21.8g/14.7g 392Kcal/22.2g/14.8g ぎゅうにゅう(100)	424Kcal/17.4g/13.6g 303Kcal/15.2g/13.2g ぎゅうにゅう(100)
成人の日 <b>9</b> 	身体測定 <b>10</b> むぎごはん なまあげのコーンやき てづくりふりかけ れんこんスープ りんご 	読み聞かせ (ちゅうりつぷ) <b>11</b> むぎごはん ふりかけごはん てづくりしゅうまい たんざくサラダ もやしスープ バナナ 	クッキング(すみれ) <b>12</b> 誕生祝会 きなこもち なっとうもち おぞうに しちふくナムル あじつけこざかな むぎちゃ イモンパン ブリアラモード ぶどうジュース 	すがわら <b>13</b> むぎごはん いりどり いんげんのごまあえ かにスープ げんきヨーグルト むぎちゃ フレンチトースト ぎゅうにゅう(未100 以200)	栄養指導(すみれ) <b>14</b> むぎごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください ぶたにくとだいのトマトシチュー バナナ むぎちゃ オランタワッフル ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	むぎちゃ さんりくせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ いもんパン ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ブリアラモード ぶどうジュース ぎゅうにゅう(100)	むぎちゃ フレンチトースト ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ オランタワッフル ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	471Kcal/16.8g/16.4g 409Kcal/17.7g/18.3g ぎゅうにゅう(100)	491Kcal/17.5g/16.7g 408Kcal/17.5g/18.3g ぎゅうにゅう(100)	463Kcal/25.7g/15.7g 391Kcal/27.9g/16.5g ぎゅうにゅう(100)	474Kcal/20.2g/17.2g 404Kcal/22.4g/19.1g ぎゅうにゅう(100)	492Kcal/19.0g/10.0g 402Kcal/17.7g/10.7g ぎゅうにゅう(100)
むぎごはん ちくわあげ すきこんぶのもの <b>16</b> あしよじり りんご	たかはし <b>17</b> むぎごはん ドライカレー さといものごまみそまぶし キャンディーチーズ たまねぎのみそじる バナナ	きくち <b>18</b> むぎごはん さきみのみそつけやき パンキンサラダ ビーフンスープ みかん	むぎごはん ゆてぶたとほくさいのゆずふうみ れんこんとベーコンのあまからいため ねばねばトリおなっとう なまあげのみそじる りんご 	むぎごはん クリスピーフィッシュ だいこんとほうれんそうのサラダ ミニトマト コーンスープ みかん <b>20</b> むぎちゃ さとう	ゆかりごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください いしかりなべ バナナ <b>21</b> むぎちゃ さつぼうろ ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	むぎちゃ あおのりラスク ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ かーざんビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ゆてたまご ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ホバイクッキー ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃ ひじきおにぎり 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	486Kcal/16.1g/12.3g 405Kcal/16.4g/15.8g カンパン むぎちゃ むぎごはん	488Kcal/17.8g/11.1g 410Kcal/15.1g/8.4g ぎゅうにゅう(100)	490Kcal/18.3g/17.1g 391Kcal/17.4g/17.5g おごさませんべい(やさしい) むぎちゃ	489Kcal/20.7g/15.5g 401Kcal/17.6g/18.5g ジョア(マスカット)	477Kcal/19.5g/17.2g 405Kcal/22.3g/20.6g みみかりんどう ぎゅうにゅう(100)
むぎごはん ミートボールのトマトに マセドアンサラダ <b>23</b> ブロッコリーのホワイトスープ バナナ	むぎごはん てんぷら わかめときゅうりのすもの <b>24</b> むぎちゃ にらのみそじる ブルーベリー	むぎごはん あじフライ カリフラワーのごまあえ トマト うどんじる りんご <b>25</b> むぎちゃ ねもと	むぎごはん たけのこだんご どうみょうとえのたまごとし <b>26</b> むぎちゃ まめめじる みかん	むぎごはん ハムエッグ きんぴらごぼう うめなっとう やさしいスープ りんご <b>27</b> 移動図書館 むぎちゃ さとう	むぎごはん 以上児組はおにぎりを 持って来てください クリームシチュー バナナ <b>28</b> むぎちゃ おほしきせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	むぎちゃ やきうどん ミルージュ ぎゅうにゅう(100)	むぎごはん ざっくおにぎらず ぎゅうにゅう(100)	むぎごはん ビスコ ぎゅうにゅう(100)	むぎごはん おからスコーン ぎゅうにゅう(100)	むぎごはん ひじきせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂 以:熱/蛋/脂 未満児 午前おやつ 未満児主食	486Kcal/21.8g/12.2g 398Kcal/23.8g/14.0g おごさませんべい むぎちゃ	499Kcal/21.8g/16.4g 409Kcal/21.5g/17.4g ぎゅうにゅう(100)	<div data-bbox="873 1276 1344 1468" data-label="Text"> <p><b>12月分栄養給与量のお知らせ</b></p> <p>3歳未満児:483kcal/蛋白質18.8g/脂質15.7g (目標量: 480Kcal / 15.6~24g / 11~16g)</p> <p>3歳以上児:405kcal/蛋白質18.6g/脂質16.4g (目標量: 400Kcal / 16~26g / 12.5~19g)</p> </div> <div data-bbox="1344 1228 2150 1516" data-label="Complex-Block"> <p><b>卒園児リクエストメニュー</b></p> <p>1月から、すみれ組さんのリクエストメニューを取り入れた献立が始まります。卒園前に、もう一度食べたい江刺保育園のメニューはこれだ!!!という一品を選んでもらっています。</p> <p>献立名が分からないことも多くレシピ集を見て選んでもらうのですが、どうしても見た目のかわいさで選んでしまうようで…。そんな中、「○○ちゃん、こう</p> </div>		
むぎごはん れんこんハンバーグ こまつなのあさりあえ <b>30</b> きのこじる バナナヨーグルト	むぎごはん たらのかぶおろしかけ なすのみそマヨやき <b>31</b> むぎちゃ どさんこじる みかん	むぎごはん アップルスイートポテトサンド ぎゅうにゅう(未100 以200)			