



1がつのこんだて



	月	火	水	木	金	土					
熱/蛋/脂/塩						182Kcal/4.2g/6.0g/0.3g					
未満児						213Kcal/7.1g/8.5g/0.3g					
午前おやつ						おせんべい					
未満児主食						希望保育 4 お茶の持参もお願いします マスカットゼリー					
昼食	<p>2025年もよろしく お願い申し上げます</p>	<p>春の七草</p>		<p>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。7種の若菜（詳しくは隣のイラストをご覧ください）の生命力をもらい、病気を防ぐ願いが込められています。</p> <p>保育園では、七草と玉ねぎ、ベーコン、コンソメを使ってチャーハンを作り、七草を味わいます。</p> <p>そして…みんなは七草言えるかな～？</p>		<p>リクエストメニュー</p> <p>保育園生活が残り3ヶ月となるすみれ組のみなさんに、これまで食べてきた給食で、『もう一度これが食べたい!』というメニューを聞きました。</p> <p>リクエストメニューは2月、3月のこんだてにも入りますのでお楽しみに…</p> <p>今月は6名のおともだちのリクエストメニューが入っています。</p>					
午後おやつ						きなこせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)					
熱/蛋/脂/塩	491Kcal/22.0g/14.9g/1.1g	483Kcal/19.3g/16.8g/1.5g	477Kcal/19.7g/14.7g/1.2g	478Kcal/19.2g/12.6g/1.3g	473Kcal/17.2g/14.0g/1.3g	427Kcal/15.4g/12.7g/1.3g					
未満児	427Kcal/23.7g/15.7g/1.4g	415Kcal/18.7g/17.8g/1.8g	419Kcal/22.1g/18.8g/1.4g	505Kcal/20.5g/11.2g/1.6g	417Kcal/20.4g/16.9g/1.9g	307Kcal/13.2g/12.3g/1.2g					
午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おごきませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)					
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎごはん	むぎごはん					
6	ぶたにくのしょうがやき あおのりこふきいも たまねぎのみそじる ブルーベリー	7	ぶたにくのしょうがやき フリだいこん ゴールドンサラダ きくらげのつくだに きのこじる りんご	8	むぎちゃん むぎごはん たらのホイルやき なっとうあえ かぶのみそじる バナナ	9	むぎちゃん むぎごはん ごもち なっとうもち おぞうに しちぶくナムル みかん	10	むぎちゃん むぎごはん ぶたどんのうわもり さつまいものあまに なめこじる バナナ	11	むぎちゃん むぎごはん 以上児組はおにぎりとお茶を持って来て下さい さけとだいのシチュー バナナ
午後おやつ	チーズいりドーナツ ぎゅうにゅう(未100 以200)	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
熱/蛋/脂/塩		474Kcal/18.4g/13.6g/1.3g	487Kcal/16.6g/14.0g/1.4g	484Kcal/16.7g/9.8g/1.7g	487Kcal/20.4g/14.2g/1.2g	407Kcal/16.0g/13.3g/0.8g					
未満児		414Kcal/19.5g/14.1g/2.0g	412Kcal/17.0g/15.7g/1.8g	417Kcal/18.7g/13.6g/2.0g	416Kcal/22.4g/18.2g/1.4g	288Kcal/13.8g/13.0g/0.8g					
午前おやつ		ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おごきませんべい	ヤグルト	ぎゅうにゅう(100)					
未満児主食		むぎごはん	むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
13	大人の日 たまごのふくろに ひじきいりちゅうかサラダ	14	じゃがいものみそじる キウイフルーツ	15	さけとほうれんそうの グラタン ごもくきんびら レタスープ りんご	16	おてん キャベツのツナいため やきのり わかめじる ヨーグルト	17	むぎちゃん むぎごはん さばのみそに かりぼりあえ どさんこじる バナナ	18	むぎちゃん むぎごはん ゆかりごはん 以上児組はおにぎりとお茶を持って来て下さい おさかなじる バナナ
午後おやつ	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
熱/蛋/脂/塩	477Kcal/15.4g/14.0g/1.0g	470Kcal/21.9g/14.6g/1.8g	476Kcal/22.2g/17.0g/1.5g	471Kcal/17.4g/15.9g/1.1g	481Kcal/19.7g/10.3g/1.4g	446Kcal/16.3g/11.5g/1.3g					
未満児	420Kcal/15.7g/17.2g/1.1g	427Kcal/26.2g/17.3g/2.2g	424Kcal/23.8g/21.4g/1.7g	413Kcal/18.5g/18.9g/1.4g	419Kcal/21.8g/11.9g/1.9g	322Kcal/13.6g/11.0g/1.2g					
午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おごきませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(80)	ぎゅうにゅう(100)					
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
20	ミートボールのトマトに マセドアンサラダ	21	おおしま むぎごはん さきみのほるまき ごぼうサラダ	22	むぎごはん さばのゆうあんやき パンクインサラダ なっとう かきたまじる りんご	23	むぎごはん たまごときのこのちゅうかいため ブロックリーのチーズフリッター	24	むぎごはん ホークビーナス きりぼしだいこんのわふうサラダ	25	むぎごはん ふりかけごはん 以上児組はおにぎりとお茶を持って来て下さい クリームシチュー バナナ
午後おやつ	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
熱/蛋/脂/塩	472Kcal/16.0g/13.6g/0.9g	478Kcal/20.6g/15.8g/1.0g	473Kcal/19.4g/13.5g/1.7g	484Kcal/17.1g/19.5g/0.9g	479Kcal/18.5g/13.5g/1.4g						
未満児	425Kcal/17.9g/17.4g/1.1g	426Kcal/22.9g/20.3g/1.2g	411Kcal/20.4g/14.7g/2.4g	417Kcal/18.9g/21.8g/1.1g	412Kcal/20.0g/18.1g/1.6g						
午前おやつ	おごきませんべい	おごきませんべい	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(80)	バナナ						
未満児主食	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん						
27	てつくりしゅうまい かぼちゃのあまに	28	むぎちゃん むぎごはん てつくりしゅうまい かぼちゃのあまに	29	むぎちゃん むぎごはん カレー ほうれんそうのソテー	30	むぎちゃん むぎごはん わかれスープ みかん	31	むぎちゃん むぎごはん タラフライ タルタルソースかけ ふるふきだいこん		
午後おやつ	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん	むぎちゃん					
熱/蛋/脂/塩											
未満児											
午前おやつ											
未満児主食											

