

令和2年1月

献立予定表

中木場保育園

日	曜	主食	副食 共通	追加食	おやつ		行事
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	水		年始休み				
2	木		年始休み				
3	金		年始休み				
4	土	麦ご飯	カレーライス,マカロニサラダ,ミニゼリー	若布スープ	チーズ	お菓子 牛乳	
6	月	五穀米	豚肉の生姜焼き,変わり大豆和え,かきたま味噌汁, フルーツ		リンゴ	★人参蒸しパン, 牛乳	
7	火	ご飯	七草雑炊,さつま汁,たくあん,フルーツ		蒸し南瓜	お菓子,ヨーグルト 野菜ジュース	鬼火
8	水	ご飯	魚のムニエル,スクランブルエッグ, ほうれん草のスープ,フルーツ		オレンジ	★ミルクくずもち, 牛乳	
9	木	パン	ちゃんぽん,花ショウマイ,チーズ,フルーツ		トマト	★スイートポテト, 牛乳	
10	金	ご飯	魚の煮付け,干し大根の煮物,じゃが芋の味噌汁, フルーツ		バナナ	★南瓜ケーキ 牛乳	
11	土	ご飯	すき焼き風煮,春雨の「マ」和え,豆腐と卵のみそ汁, フルーツ		チーズ	★ぜんざい 牛乳	鏡開き
13	月		成人の日				
14	火	麦ご飯	ハヤシライス,チャンプル風サラダ,ゆで卵,フルーツ	きのこの スープ	オレンジ	昆布,お菓子 野菜ジュース	スイミング
15	水	ご飯	すり身のフライ,ネバネバあえ,大根の味噌汁,フルーツ		ふかし芋	★さくさく クッキー,牛乳	
16	木	パン	野菜ラーメン,真珠蒸し,フルーツ		リンゴ	★磯辺いもち ち,牛乳	
17	金	ご飯	焼き魚,南瓜サラダ,豆腐と玉ねぎの味噌汁,フルーツ		チーズ	★和風カップ ケーキ,牛乳	
18	土	パン	クリームスープ,パグッティ,ひじきのマヨ和え, フルーツ		バナナ	★塩昆布おに ぎり,牛乳	
20	月	五穀米	魚のごま照り焼き,高野豆腐の卵とじ, キャベツの味噌汁,フルーツ		蒸し人参	★黄粉マカロ ニ,牛乳	
21	火	麦ご飯	五目チャーハン,ポテトサラダ,春雨スープ,フルーツ		リンゴ	★お好み焼き 牛乳	スイミング
22	水	ご飯	魚の味噌煮,人参しりしり,野菜汁,フルーツ		オレンジ	★ごまマヨ,ヨーグルト 野菜ジュース	
23	木	パン	カレーうどん,はんぺんのチーズはさみフライ,フルーツ		トマト	★焼きいも 牛乳	
24	金	ご飯	マーボー丼,ナムル,かきたま汁,フルーツ,牛乳		チーズ	お菓子	予行練習
25	土		発表会				
27	月	五穀米	肉じゃが,春雨サラダ,しめじとえのきの味噌汁, フルーツ		リンゴ	★揚げパン 牛乳	
28	火	麦ご飯	親子丼,ほうれん草の胡麻和え,すまし汁,フルーツ		バナナ	お菓子 野菜ジュース	
29	水	ご飯	魚の唐揚げ,きゅうりと若布の酢の物,南瓜の味噌汁, フルーツ		トマト	★やきもち 牛乳	
30	木	パン	煮込みハンバーグ,スパグッティサラダ,ゆで卵, ココロ野菜スープ,プリン		チーズ	★クッキー 牛乳	お誕生日会
31	金	ご飯	魚の香味焼き,ひじきの炒め物,白菜の味噌汁,フルーツ		オレンジ	★人参ケーキ 牛乳	

*都合により献立を変更することがあります。★マークは、手作りおやつです。

