



# 1月のこんだて



早月加積認定こども園

	主食 (未満児)	共通	10時 (未満児)	15時 (共通)
6	月	ごはん	ほうれん草オムレツ サラスパサラダ 南瓜スープ ふりかけ	おやさいせんべい お米のタルト 牛乳
7	火	パン	焼きそば ブロッコリー 卵スープ	鉄入りウエハース ふかし芋 牛乳
8	水	ごはん	魚のたれ漬け ほうれん草ごま和え みそ汁 	りんご 一丁焼き ココアミルク
9	木	ごはん	マーボー豆腐 春雨中華サラダ トマト	ビスコ フルーツヨーグルト
10	金	ごはん	うま煮 白菜の菜種和え みかん	お子様せんべい サブレ 牛乳
13	月	 成人の日 		
14	火	パン	コーンクリームシチュー ボイルウインナー パインサラダ	白い風船 ソースせんべい ジョア
15	水	ごはん	魚の磯部揚げ コーン入り小松菜お浸し のっぺい汁	むらさき芋せんべい バナナ 牛乳
16	木	わかめごはん	ちゃんぽん麺 蒸しシューマイ ブロッコリー	こざかなせんべい プリン みかんジュース
17	金	ごはん	豚肉と野菜の生姜炒め ボイルキャベツ トマト わかめスープ	みかん 麩ラスク 牛乳
20	月	ごはん	ハヤシライス ポテトサラダ ブロッコリー	クラッカー ヨーグルト
21	火	ごはん	ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 豚汁 	カルシウムウエハース りんごケーキ 牛乳
22	水	ごはん	かに玉 さざなみ昆布和え みそ汁	きなこおかき ビスケット 牛乳
23	木	パン	肉うどん ゆで卵 ほうれん草お浸し	ポーロ フルーツポンチ
24	金	ごはん	ひれかつ甘辛煮 ボイルキャベツ トマト すまし汁 	チーズ ごまクッキー ジョア
27	月	ごはん	さばのみそ煮 甘酢和え けんちん汁	胚芽スティック お好み焼き 牛乳
28	火	ごはん	鶏肉マスタード焼き 粉ふき芋 トマト コンソメスープ ふりかけ	バナナ 野菜かりんとう 牛乳
29	水	ごはん	五目厚焼玉子 ひじきの煮物 みそ汁	動物ビスケット オレンジ蒸しパン 牛乳
30	木	パン	和風ツナスパゲティ ブロッコリー コーンスープ 	カルシウムあられ りんご 牛乳
31	金	ごはん	大根カレーライス ポパイサラダ トマト ケーキ	オレンジ クッキー 牛乳

\*10時おやつには、すべて牛乳がつきます。