

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前	  <p>七草粥 春の七草(セリ、ナズナ、ゴギョウ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ)を入れたお粥を七草粥といい、1月7日に邪気を払い万病を除くため食べられます。それだけでなく正月料理で疲れた胃を休める等の意味もあり、保育所では七草粥に見立てた七草風混ぜご飯を提供します。</p> <p>※食材の仕入れ状況により献立が変更となることがあります</p>					4	
昼食						豚丼	
午後						おにぎり/保育乳	
午前	6	7	8	9	10	11	
昼食	ミートスパゲティー 付け合わせ(きゅうり) ベジタブルスープ	七草風混ぜご飯 鮭の塩焼き 付け合わせ(きゅうり) イナムドッチ	ご飯(胚芽米) 肉じゃが 白菜のおかか和え 味噌汁(もずく)	ご飯(胚芽米) 麻婆豆腐 ひじきのサラダ 中華スープ(チゲンソイ)	ご飯(胚芽米) スルルーの唐揚げ 厚揚げの五目旨煮 みそ汁(じゃがいも・キャベツ)	マーボー丼	
午後	たぬきおにぎり 保育乳	ヒラヤーチー みかん/保育乳	お豆腐ボール 保育乳	スイートポテト りんご/保育乳	玄米シリアルバー バナナ/保育乳	おにぎり/保育乳	
午前	13	14	15	16	17	18	
昼食	 <p>成人の日</p>		ご飯(胚芽米) 鶏肉のマーマレード焼き 野菜炒め コーンスープ	ご飯(胚芽米) タンドリーチキン コールスローサラダ ゆし豆腐(すまし)	もずく丼 付け合わせ(きゅうり) 味噌汁(豆腐・小松菜)	ご飯(胚芽米) 豆乳鍋 スパゲティーサラダ(和)	2色丼
午後	黒糖カップケーキ 保育乳		いもぜんざい(温) りんご/保育乳	芋天ぷら バナナ/保育乳	チーズ入り芋もち みかん/保育乳	おにぎり/保育乳	
午前	20	21	22	23	24	25	
昼食	トースト チキンのバジル焼き ブロッコリーサラダ ミネストローネ	ポークカレー ひじきとコーンのサラダ かちゅー湯	ご飯(胚芽米) 豚肉のしょうが焼き 胡麻和え(小松菜・人参) 味噌汁(大根・豆腐)	ご飯(胚芽米) 白身魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ)	鶏そぼろ3色丼 付け合わせ(きゅうり) 味噌汁(冬瓜)	ドライカレー	
午後	わかめおにぎり 保育乳	ゴマトースト 保育乳	大根と厚揚げの煮つけ りんご/保育乳	豆乳くずもち風ゼリー みかん/保育乳	野菜ケーキ/保育乳	おにぎり/保育乳	
午前	27	28	29	30	31		
昼食	ガーリックトースト 鮭と白菜のクリーム煮 カラフルサラダ 豆乳スープ	ご飯(胚芽米) 鶏肉のレモンソースかけ 茹でブロッコリー 味噌汁(かぼちゃ・キャベツ)	沖縄そば 筑前煮	ご飯(胚芽米) 鯖の味噌煮 野菜炒め アーサ汁	赤飯 中味汁 フーチャンブルー		
午後	とりそぼろのおにぎり 保育乳	コーンマヨトースト 保育乳	きつねおにぎり 保育乳	黒ごまプリン バナナ/保育乳	黒糖ちんすこう りんご/保育乳		