

# 1月 こんだて表

お弁当の日は、12日(金)です。

曜	日	朝のおやつ	副食	3時のおやつ
月	15 29	牛乳 マンナウエハース	鶏のみぞれ煮 ポイルキャベツ 人参の味噌汁	おにぎり
火	16 30	牛乳 バナナ	のっぺい汁 ざっくりサラダ 鉄火味噌	ミルク お菓子
水	17 31	牛乳 南瓜の甘煮	炒り豆腐 和風サラダ オレンジ	ミルク ゆで卵
木	4 18	牛乳 ひとくちビスケット	白菜のホワイトシチュー スパゲティサラダ パイン缶	ミルク お菓子
金	5 19	牛乳 人参グラッセ	5)七草がゆ ウィンナーとミックスベジタブルソテー 19)磯煮 ハムのマリネ キャベツのスープ	ヨーグルトケーキ
土	6 20	牛乳 1歳からのかっぱえびせん	和風わかめラーメン 大根の即席漬け	保育パン
月	22	ももの ヨーグルト和え	油淋鶏 もやしのナムル もずくの中華スープ	さつまいもと豆腐のケーキ
火	9 23	牛乳 ビスケットポーロ	ゴマ汁 竹輪入り酢の物 わかめの炒め物	9)さつまいもと豆腐のケーキ 23)ミルク お菓子
水	10 24	牛乳 せんべい	スタミナチャップチェ 青菜の白和え りんご	チーズ饅頭
木	11 25	牛乳 きゅうりのあっさり漬	あけぼの煮 フロッキーのおかかマヨ和え バナナ	お茶 あられ入りぜんざい
金	12 26	牛乳 りんご	魚のムニエル トマトソースかけ ジャーマンポテト コンソメスープ	ミルク 12)お菓子26)酒まんじゅう
土	13 27	牛乳 おとっと	きつねうどん きゅうりの塩昆布和え	保育パン

\* やむを得ずメニューを変更する場合があります。土曜日は麺類の為、白ご飯は要りません。

## 16日(火)お誕生会メニュー



★ 給食 ★  
カツカレー  
盛り合わせサラダ  
わかめスープ

★ 3時のおやつ ★  
フルーツパラダイス



熱量	蛋白質	ビタミンB1	B2	A	C	カルシウム	鉄
Kcal	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg
510	19.7	0.3	0.4	110	30	288	1.9