

日	曜	主食	副食 共通	おやつ	
				午前(未満児)	午後(共通)
4	土	お弁当の日		牛乳 おせんべい	牛乳 小袋お菓子
6	月	ご飯	鶏肉のケチャップソテー マカロニサラダ みかん かぼちゃの味噌汁	牛乳 きなこあられ	牛乳 ★マフィン
7	火	七草粥	メンチカツ ブロッコリー りんご 豆腐のスープ 	牛乳 バナナ	牛乳 ★わかめおにぎり
8	水	ご飯	肉じゃが トマト キウイ 白菜のスープ	牛乳 ひじきスティック	牛乳 ★チョコスコーン
9	木	ご飯	松風焼き きゅうりとワカメの酢の物 いちご かぶのシチュー	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★いきなり団子
10	金	カレーライス	ビーフカレー スティックサラダ パイン缶 すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳 ヨーグルト
11	土	食パン	長崎ちゃんぽん シューマイ グリーンスティック オレンジ	牛乳 ★マカロニあべかわ	牛乳 小袋お菓子
14	火	ご飯	鮭の幽庵焼き ミモザサラダ みかん そうめんスープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★白玉ぜんざい
15	水	ご飯	鉄骨ハンバーグ ブロッコリー ミニトマト パイナップル 豆腐のスープ	牛乳 野菜スティック	牛乳 ★ステックパイ
16	木	ご飯	さばの竜田揚げ vari 白和え いちご コンソメスープ	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★フレンチトースト
17	金	ご飯	三色丼 春雨の酢の物 もも缶 厚揚げの味噌汁	牛乳 ごぼうスナック	牛乳 おまんじゅう
18	土	モーニングロールパン	スパゲティ チキンナゲット りんご 南瓜のポタージュ	牛乳 ★バナナケーキ	牛乳 小袋お菓子
20	月	ご飯	さばの味噌煮 三色サラダ みかん 野菜スープ	牛乳 ミレービスケット	牛乳 りんご
21	火	<お誕生会>	さつまいもご飯 野菜の牛肉巻き アスパラ チーズキャッチ いちご コーンスープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★ショコラマドレーヌ
22	水	ご飯	魚のカラフル焼き ほうれん草のピーナツ和え パイナップル もやしスープ	牛乳 お菓子	牛乳 ★あべかわ団子
23	木	ご飯	鮭ザンギ 大根の酢の物 みかん 豆腐の味噌汁 	牛乳 ミニゼリー	牛乳 ★さつまいものつき揚げ
24	金	カレーライス	チーズカレー ひじきのサラダ もも缶 はんぺんスープ	牛乳 野菜スティック	牛乳 ★メロンパン
25	土	モーニングロールパン	焼豚ラーメン ひじきと大豆の煮物 射こみ竹輪 ミニゼリー	牛乳 ★リンゴケーキ	牛乳 小袋お菓子
27	月	ご飯	魚のタルタルソースかけ あっさりサラダ りんご きのこの味噌汁	牛乳 ベアビスケット	牛乳 ★フルーツポンチ
28	火	ご飯	鮭のムニエル 南瓜とツナのサラダ みかん キャベツスープ	牛乳 バナナ	牛乳 ★ゴマ団子
29	水	ご飯	鶏の唐揚げ スパゲティサラダ いちご さつまい	牛乳 おせんべい	牛乳 ★もちもちドーナツ
30	木	ご飯	白身魚の利休焼き 納豆の中華和え キウイ 大根のスープ	牛乳 ミルククッキー	牛乳 ★ラスク
31	金	マーボー丼	麻婆豆腐 じゃが芋の塩昆布サラダ ミニトマト パイン缶 かき玉スープ	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 バナナ

★都合により献立を変更する場合があります

★手作りおやつです

4日(土) お弁当の日
7日(火) 鬼火焚き(七草粥)
21日(火) お誕生会



7日は、みんなで鬼火焚きを体験し無病息災を願い、給食では七草粥を提供します。七草粥は、お正月のごちそうをたくさん食べた胃腸をいたわり、不足した緑黄色野菜を補うという意味があります。最近では、スーパーなどで七草セットが売られているので、ご家庭でも食べてみてください。

