風の森　保育園(一般)

2023年01月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2	3	4 牛乳、小麦胚芽クラッカー	5 牛乳、ビスケット	6 牛乳、ココナッツサブレー	7 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	★12/31～1/3　お正月休み		御飯、クリームシチュー、ブロッコリーとちくわのサラダ、もも缶	御飯、かぶのスープ煮（鶏）、かじきのカレーあんかけ、にんじんのごまサラダ、フルーツミックス	御飯、豚汁、豆腐の五目焼き、ブロッコリーの玉ねぎドレッシング、りんご	焼きそば、すまし汁（じゃが芋・えのき）、バナナ
午後			牛乳　１８０ｍｌ、ミニドッグ	ジョア　ブルーベリー、ヒラヤーチー(アーサ)	牛乳　１８０ｍｌ、蒸しパン（ココア）	牛乳　１８０ｍｌ、焼きもろこしおにぎり
午前	9 麦茶、おやさいせんべい	10 牛乳、ウエハース	11 牛乳、おやさいせんべい	12 牛乳、五穀ビスケット	13 牛乳、小麦胚芽クラッカー	14 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	★お弁当(成人の日)	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、さけのマヨネーズ焼き、ほうれん草のごま和え（人参）、パイン缶	★もちつき もち（きなこ）、煮込みうどん、バナナ	御飯、コーンスープ（ねぎ）、ポークビーンズ、キャベツとチンゲン菜のサラダ（わかめ・ごま）、もも缶	御飯、豆腐みそ汁（チンゲン菜・あげ）、さばの焼きおろし煮、きゅうりのゆかりあえ(もやし）、りんご	てりやき野菜丼、すまし汁（じゃが芋・えのき）、バナナ
午後	牛乳　１８０ｍｌ、お菓子	牛乳　１８０ｍｌ、チンビン	牛乳　１８０ｍｌ、さけとひじきの炊き込み御飯	ジョア　ストロベリー、お好み焼き	牛乳　１８０ｍｌ、芋けんぴ	牛乳　１８０ｍｌ、きな粉ホットケーキ
午前	16 牛乳、ビスケット	17 牛乳100、ココナッツサブレー	18 牛乳、おやさいせんべい	19 牛乳、ウエハース	20 牛乳、カルシウムせんべい	21 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	御飯、みそ汁（だいこん・あげ）、肉じゃが（豚肉）、ひじきのツナ酢あえ（もやし）、パイン缶	御飯、麩のすまし汁（えのき）、かじきとごぼうの煮つけ、ほうれん草の白和え（にんじん・ごま）、みかん	ミートスパゲティー、わかめスープ（コーン）、コールスローサラダ、フランスパン、りんご	御飯、五目汁（鶏・さといも）、鮭の西京焼き、豆腐チャンプルー、フルーツミックス	御飯、みそ汁（もやし・わかめ）、鶏肉と大豆の揚げ煮、かぶの塩昆布あえ、バナナ	チャーハン（ツナ・ひじき）、豆腐スープ（チンゲン菜・えのき）、オレンジ
午後	牛乳　１８０ｍｌ、キャラメルパウンドケーキ	牛乳　１８０ｍｌ、野菜もち（かぼちゃ）	牛乳　１８０ｍｌ、鬼まんじゅう(ごま)	ジョア　マスカット、あげパン	牛乳　１８０ｍｌ、にんじんポンデケージョ	牛乳　１８０ｍｌ、クラッカーサンド（ジャム）
午前	23 牛乳、五穀ビスケット	24 牛乳、小麦胚芽クラッカー	25 牛乳、おやさいせんべい	26 牛乳、カルシウムせんべい	27 牛乳、ココナッツサブレー	28 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	御飯、豆乳コーン鍋（はくさい）、ししゃもの磯辺焼き、さつま芋の煮物(昆布）、みかん缶	御飯、すまし汁（はるさめ・えのき）、マーボー豆腐（たまねぎ）、ほうれん草のナムル（人参）、バナナ	御飯、野菜コーンスープ（チンゲン菜）、鶏肉のマーマレード焼き、ポテトサラダ、みかん	菜飯（大根菜・ごま）、みそ汁（だいこん・油あげ）、白身魚の煮つけ、炒り豆腐（ちくわひじき）、もも缶	御飯、じゃがいもの中華スープ、鶏肉の酢豚風、白菜のごま和え、りんご	とん汁うどん、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、オレンジ
午後	牛乳　１８０ｍｌ、チーズクッキー	牛乳　１８０ｍｌ、焼き芋	牛乳　１８０ｍｌ、シリアルクランチ（マシュマロ）	ジョア　プレーン、ちんすこう(紅芋)	牛乳　１８０ｍｌ、いちごジャムサンド	牛乳　１８０ｍｌ、おにぎり（さけわかめ）
午前	30 牛乳、ウエハース	31 牛乳、ビスケット				
昼食	御飯、みそ汁（なす・たまねぎ）、凍り豆腐とひき肉の煮物、焼きかぼちゃ、パイン缶	★お弁当(誕生会)				
午後	牛乳　１８０ｍｌ、スコーン(あんこ)	牛乳　１８０ｍｌ、誕生ケーキ				