




はなぶさ保育園  
発行:平成29年1月4日

日	曜日	10時おやつ	献立名	15時のおやつ
4	水	牛乳 マカロニあべ川	菜飯 れんこんと白菜の松風焼き 紅白なます 小松菜の味噌汁	スキムミルク コーントースト
5	木	牛乳 バナナ	ツナサンド フレンチサラダ 白菜の肉団子スープ	スキムミルク ポテトもち
6	金	牛乳 みかん缶	ごはん ドライカレー風炒り豆腐 みそけんちん汁 りんご	麦茶 田作り
7	土	牛乳 チーズ	七草粥 魚の西京焼き 炒り卵サラダ (マヨ)	牛乳 バナナ
9	月	<b>成人の日</b>		
10	火	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 大豆サラダ 南瓜の味噌汁	牛乳 スノーボールケーキ
11	水	麦茶 りんご	ロールパン ミートスパゲッティ コンソメスープ	《鏡開き》 麦茶 ぜんざい
12	木	牛乳 オレンジ	ごはん 魚のチーズムニエル 切干大根の煮物 のっぺい汁	スキムミルク フルーツきんとん
13	金	牛乳 きなこ南瓜	ひじきごはん マカロニサラダ 豚汁	スキムミルク 卵サンド
14	土	牛乳 チーズ	ごはん 肉豆腐 ほうれん草のしらす和え	牛乳 ココアケーキ
16	月	牛乳 りんご	☆郷土料理の日(静岡)☆ ごはん 静岡おでん なんか揚げ みかん	スキムミルク お好み焼き
17	火	牛乳 バナナ	ごはん 豆腐ハンバーグ 和風サラダ 里芋の味噌汁	牛乳 きなこトースト

日	曜日	10時おやつ	献立名	15時のおやつ	材料名	
18	水	牛乳 チーズ	ポークカレー 大根サラダ フルーツヨーグルト	スキムミルク おやつ風がね	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ピーマン 大根 ツナ缶 コーン 小松菜 みかん缶 バナナ もも缶 ヨーグルト	
19	木	牛乳 麩ラスク	親子うどん コールスローサラダ じゃこおにぎり	スキムミルク ピザトースト	うどん麺 鶏肉 卵 ほうれん草 人参 キャベツ 胡瓜 しらす 玉ねぎ 葉ねぎ	
20	金	麦茶 さつま芋の ミルク煮	ごはん 魚のあまだれかけ 五色和え じゃが芋の味噌汁	スキムミルク ヘルシーチーズケーキ	白身魚 ささみ 人参 わかめ ほうれん草 胡瓜 卵 じゃが芋 大根 葉ねぎ	
21	土	<b>保育参観</b>				
23	月	麦茶 みかんヨーグルト	中華丼 青菜ともやしのナムル バナナ	スキムミルク おさつドーナツ	豚肉 人参 玉ねぎ もやし しいたけ たけのこ キャベツ きくらげ 絹さや 小松菜 胡瓜 カニカマ バナナ	
24	火	<b>お誕生会</b> 				
25	水	牛乳 チーズ	コッペパン 冬野菜のシチュー 南瓜サラダ	麦茶 おにぎり (かつお節)	鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 南瓜 胡瓜 ハム	
26	木	<b>愛情弁当の日</b>				
27	金	牛乳 バナナ	焼きそば レバーの甘みそ和え カニ風味スープ	スキムミルク アメリカンドッグ	中華麺 豚肉 キャベツ もやし 人参 かまぼこ 玉ねぎ ピーマン 豚レバー かにかま コーン 卵 えのき にはら	
28	土	牛乳 りんご	ごはん 魚とさつま芋のケチャップ煮 チーズサラダ	牛乳 マーブルケーキ	白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ さつま芋 ピーマン キャベツ 胡瓜 コーン ハム チーズ	
30	月	牛乳 オレンジ	ごはん チンジャオロース 春雨サラダ 玉ねぎの味噌汁	スキムミルク ほうれん草クッキー	牛肉 たけのこ ピーマン 人参 春雨 胡瓜 人参 コーン 卵 玉ねぎ 小松菜 えのき	
31	火	麦茶 さつま芋パ ター	食パン(ジャム) ウインナーポトフ 栄養サラダ	牛乳 チョコモンパ <sup>ン</sup> 風	ウインナー 人参 じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ チーズ 卵 胡瓜 ほうれん草 ハム ブロッコリー	

### お誕生会メニュー

- ・お祝いごはん(赤米)
- ・チキンカツ
- ・スパゲッティサラダ
- ・清まし汁
- ・いちごかん 

### ～1月の旬の食材～

白菜 シュンギク キャベツ 菜の花 小松菜  
ねぎ ブロッコリー カリフラワー さつま芋  
れんこん にんじん かぶ 大根 りんご  
いちご 温州みかん など  
旬のおいしい野菜や果物を食べて、風邪にも負けず、  
1月も元気に過ごしましょう(´0´)!

