

令和 6年

## 1 月の献立予定表



あさひ保育園

日	月	火	水	木	金	土
	1 元旦	2	3	4	5	6
	<p>あけましておめでとうございます 新しいこの1年も元気いっぱい過ごせるよう に食の安全とバランスの良い食事を作っ ていきます。今年もよろしくお願いします。</p>			じゃがいものそぼ ろ煮 ゆで卵 厚揚げの味噌汁 牛乳 お菓子	ミートスパゲティ ミルクスープ みかん 牛乳 青菜おにぎり	切干大根煮 ポイルウイナー すまし汁 バナナ 牛乳・お菓子
7	8 成人の日	9	10 不審者訓練	11 鏡開き	12	13
		鯖の竜田揚げ 中華風マリネ ゆで卵 鶏とかぶのスープ バナナ 牛乳 きな粉タフィ	豆腐ハンバーグ ほうれん草の白和 え みそ汁 牛乳 フルーツヨーグルト	サーモンシチュー 甘酢だれチキン きゅうりと昆布の酢 の物 みかん 牛乳 芋ぜんざい	カレーうどん えびとブロッコリー のサラダ うずら卵ポン酢マリ ネ 牛乳 南瓜きんとん	根菜のそぼろ煮 ほうれん草のスープ バナナ 牛乳・お菓子
14	15	16	17 避難訓練	★18 誕生会	19	20
	さわらのゴマチー ズ焼き 卵サラダ ミニトマト 豆乳豚汁 バナナ 牛乳 フォルマッシュポテト	肉団子と野菜の甘 酢炒め 大根のふわふわ スープ のりゴマ納豆 牛乳 南瓜とレーズンの スコーン	手作りさつま揚げ 白菜とツナの海苔 マヨサラダ 汁ピーマン みかん・牛乳 野菜と果実の ジュース・お菓子	※主食いりません きのこさつま芋の カレー ひじきとごぼうのマ ヨサラダ トマト・りんご 牛乳 カレーチーズラスク	きつねそうめん とん平焼き ブロッコリー 牛乳 ギョニソパン (魚肉ソーセージを入 れて焼いたパンです)	大豆とウイナー のケチャップ煮 コンソメスープ バナナ 牛乳・お菓子
21	22	23	24	25	26	27
	牛肉と野菜の変わ りきんぴら 玉子焼き 高野豆腐の味噌汁 牛乳 さつまいもとりんご の重ね煮	とんかつ インディアンサラダ きのこスープ りんご 牛乳 お菓子	魚の磯辺焼き 三色ナムル ミニトマト カレースープ キウイ 牛乳 餃子の皮ピザ (にじ組クッキング)	すき焼き風煮込み 豆苗の味噌汁 のりゴマ納豆 牛乳 フルーツサンド	ジャージャー麺 塩麴とトマトのスー プ オレンジ 牛乳 ショコラバナナヌ	野菜の卵とじ みそ汁 バナナ 牛乳・お菓子
28	29	30	31			
	鶏のもろこし焼き マカロニサラダ ミニトマト 味噌汁 みかん 牛乳 米粉deりんごケーキ	魚のグラタン しらたきの酢の物 ポトフ 牛乳 きな粉バタークラッ カー	テリコンカン ゆで卵 ニラ玉スープ りんご 牛乳 お菓子	★1月11日は「鏡開き」です！ 鏡開きは、お正月に年神様が滞在していた 居場所にある鏡もちを食べることで、1年の 無病息災を願う行事です。		

