



1月 給食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

月	火	水	木	金	土
休み	休み	1 元旦	2 休み	3 休み	4 休み
6 ごはん 肉じゃが 大根とツナのサラダ ぶどうゼリー	7 ごはん カレいの竜田揚げ 添え・ブロッコリー 具沢山わかめスープ りんごゼリー	8 中華丼 スパゲティサラダ オレンジ	9 七草風ごはん 鶏肉のからあげ 切干大根の和風サラダ バナナ	10 ごはん ポークビーンズ ほうれん草のしらす和え オレンジ	11 愛情弁当
雪の宿 牛乳	ぱりんご&クッキー 牛乳	黒糖蒸しパン りんごジュース	ぼたぼた焼き 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	マリービスケット 牛乳
13 成人の日	14 ごはん 牛肉コロッケ キャベツとコーンの和風サラダ オレンジ	15 ごはん 豚肉と野菜のごまみそ煮 マカロニサラダ バナナ	16 ごはん 炒り豆腐 春雨の中華サラダ オレンジ	17 ロールパン ミートスパゲティ キャベツとツナの和風サラダ バナナ	18 ごはん マーボ豆腐 大根としらすのサラダ ヨーグルト
	いちごジャムサンド 牛乳	きなこ蒸しパン りんごジュース	バナナかすてら 牛乳	りんごゼリー 牛乳	ビスコ 牛乳
20 ごはん 豚肉のしょうが炒め ピーマンサラダ バナナ	21 わかめごはん 肉うどん ほうれん草のおかか和え オレンジゼリー	22 ごはん 大根と厚揚げのそぼろ煮 春雨のあっさりサラダ バナナ	23 ごはん 白身魚のフライ 添え・ブロッコリー 野菜たっぷり味噌汁 オレンジ	24 ロールパン 焼きそば もやしのごまサラダ バナナ	25 愛情弁当
フライドポテト 牛乳	黒樺 牛乳	パンプディング 牛乳	まがりせんべい 牛乳	ココア蒸しパン りんごジュース	チョコスクッキー 牛乳
27 ごはん トンカツ 大豆とひじきの煮物 バナナ	28 ごはん さわらのみそ漬け焼き 添え・枝豆 けんちん汁 オレンジ	29 鶏そぼろ丼 大根としらすのサラダ バナナ	30 ごはん 鶏肉のトマト煮 ほうれん草とコーンのサラダ オレンジ	31 カレーライス キャベツとハムの中華サラダ バナナ	エネルギー：557kcal たんぱく質：18.8g
おにぎりせんべい 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	いちごジャム蒸しパン りんごジュース	バームクーヘン 牛乳	お好み焼き 牛乳	