



今月の給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
 未満児 485kcal 18.4g 15.5g 1.8g
 以上児 515kcal 19.9g 15.3g 2.1g

祝昌第二保育園

2020年1月

日	曜日	行事	10時のおやつ	昼食	3時おやつ	離乳食(中期)
1	水					
2	木					
3	金					
4	土					
5	日					
6	月	保育始め 一時預かり開始	牛乳 のりせんべい	ナポリタン 花野菜のツナごまサラダ チキンスープ オレンジ	コーヒー牛乳 ミルクラスク	チキンスープスパ 野菜の煮物 オレンジ
7	火	お口元気教室(3歳以上児)	麦茶 野菜スティック	七草風雑炊 八幡巻き 伊達巻 いちご	牛乳 アップルランドケーキ	七草風雑炊 ささみのごまスティック いちご
8	水	防犯訓練	牛乳 ベビードーナツ	白飯 魚と野菜の味噌チーズ焼き 野菜の磯和え 麩とえのきのすまし汁 パナナ	ヤクルト つぶせんべい	白粥 タラの煮物 すまし汁 パナナ
9	木	和太鼓(3歳以上児)	麦茶 やおやさんカステラ	味噌煮込みうどん 厚揚げの煮物 コーンサラダ スイーティー	牛乳 おしるこ	柔らかうどん 豆腐の煮物 スイーティー
10	金		牛乳 つなっこ	親子丼 水菜と春雨のサラダ なめこ汁 りんご	オレンジジュース チーズ	野菜粥 鶏肉の和風煮 味噌汁 りんご
11	土		ピルクル ママクッキー	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
12	日					
13	月	成人の日				
14	火	安全点検日	麦茶 野菜スティック	きのこうどん カリフラワーのかりかり揚げ ゆで卵サラダ いちご	牛乳 焼きおにぎり	肉うどん 野菜の和風煮 いちご
15	水	体育指導(3歳以上児)	牛乳 チーズクラッカー	白飯 鮭のホイル焼き かぼちゃサラダ 小松菜の味噌汁 りんご	オレンジゼリー やおやさんカステラ	白粥 魚の煮物 味噌汁 りんご
16	木	誕生会	麦茶 ミルクラスク	じゃこの五目ピラフ ミートローフ 野菜スープ フルーツサラダ	牛乳 ケーキ	ミックスリゾット 豆腐の洋風煮 スープ フルーツサラダ
17	金	職員会議	牛乳 のりせんべい	チキンカレー 福神漬 切り干し大根ナムル 水菜のかき玉スープ パナナ	りんごジュース チーズ	チキン粥 野菜の洋風煮 スープ パナナ
18	土		りんご乳酸菌 ベビードーナツ	調理パン 牛乳		パン粥 ミルク
19	日					
20	月	体位測定	麦茶 つぶせんべい	白飯 肉豆腐 華風和え 白菜の味噌汁 スイーティー	牛乳 ママクッキー	白粥 豆腐の和風煮 味噌汁 スイーティー
21	火		麦茶 野菜スティック	えびと水菜の和風パスタ フレンチサラダ ミネストローネ 白桃缶	牛乳 大学芋	スープスパ ささみの煮物 白桃缶
22	水		牛乳 やおやさんカステラ	鶏ごぼう飯 かじきの地中海ソテー れんこんサラダ ニラ玉汁 オレンジ	ジョア つなっこ	白粥 白身魚の洋風煮 すまし汁 オレンジ
23	木		牛乳 チーズクラッカー	磯うどん じゃが芋の煮物 しらす入り酢の物 パナナ	麦茶 オレンジヨーグルトムース	野菜うどん 鶏じゃが パナナ
24	金	避難訓練	牛乳 ベビードーナツ	ハッシュドボーク 豆腐サラダ 中華風野菜スープ みかん	野菜ジュース チーズ	ミックス粥 豆腐の洋風煮 スープ みかん
25	土		ピルクル のりせんべい	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
26	日					
27	月		麦茶 ミルクラスク	白飯 鯖のオリーブ焼き タルタルサラダ 玉ねぎの味噌汁 パイン缶	牛乳 つぶせんべい	白粥 魚の洋風煮 味噌汁 オレンジ
28	火		麦茶 野菜スティック	きつねうどん さつま芋のバターきんぴら もやしと水菜のツナ和え スイーティー	牛乳 ケークサレ	うどんのくたくた煮 ささみの和風煮 スイーティー
29	水		牛乳 つなっこ	しらすご飯 五目豆 ワカメサラダ かぶのシチュー パナナ	プリン やおやさんカステラ	しらす粥 大豆の煮物 スープ パナナ
30	木	おかいものごっこ	麦茶 つぶせんべい	塩焼きそば シュウマイ きゅうりの中華和え 麩の味噌汁 みかん	牛乳 コロコロクッキー	ミートマカロニ 野菜のうま煮 味噌汁 みかん
31	金		牛乳 ママクッキー	鶏の照り焼き丼 きんぴらごぼうサラダ 野菜焼 りんご	オレンジジュース チーズ	鶏肉粥 野菜のくたくた煮 味噌汁 りんご

旬食材：水菜(水菜と春雨のサラダ 水菜のかき玉スープ えびと水菜の和風パスタ もやしと水菜のツナ和え) 季節の献立：七草風雑炊 八幡巻き 伊達巻 おしるこ