

# 令和6年 1月 献立表

えるむの森認定こども園

12月27日発行

花組

月	火	水	木	金	土
			4 大豆と豚肉のカレー 春雨スープ ブロッコリーサラダ りんご  ココアミルクゼリー 牛乳	5 ごはん 味噌汁 鶏肉の味噌漬焼 小松菜の和え物 オレンジ  ミニ食パンデニッシュ 牛乳	6 スパゲティナポリタン 牛乳 バナナ  しらすバターおにぎり 麦茶
	8 成人の日	9 豚丼 中華スープ ツナとインゲンの和え物 オレンジ  パリパリラスク 牛乳	10 ごはん 味噌汁 ホキのみそマヨネーズ焼き 炒り豆腐 りんご  フルーツクラッシュゼリー 牛乳	11 バターロール クリームシチュー マカロニソテー みかん  卵とじにゆうめん 牛乳	12 ごはん 味噌汁 はんぺんのチーズフライ バンバンジーサラダ パイ  ごまおこし 牛乳
15 ハヤシライス オニオンスープ コールスローサラダ パイ  マーブルケーキ 牛乳	16 ごはん 清汁 千草焼き 納豆と胡瓜の和え物 オレンジ  ミルクもち 牛乳	17 ごはん 田舎汁 さばの味噌煮 小松菜の和え物 みかん  バタークッキー 牛乳	18 関西風うどん 牛乳 ポテトサラダ バナナ  きつねおにぎり 麦茶	19 あんかけごはん 中華スープ 切干大根サラダ パイ さつま芋かりんとう  さつま芋かりんとう 牛乳	20 塩ラーメン 牛乳 バナナ  わかめおにぎり 麦茶
22 ごはん 味噌汁 豚肉の生姜炒め キャベツとツナの和え物 オレンジ  かぼちゃ団子 牛乳	23 ごはん 清汁 たらのゴマ味噌焼き 大豆とひじきの煮物 パイ  ヨーグルトケーキ 牛乳	24 クロワッサン コーンポタージュ ポパイミートローフ マセドアンサラダ バナナ  和風スパゲティソテー 牛乳	25 ごはん 味噌汁 鶏肉のチャーシュー風 かぼちゃのごま和え みかん  黒蜜蒸しパン 牛乳	26 のり佃煮ごはん 豚汁 茶碗蒸し風 ほうれん草なめ草和え りんご  小魚とクラッカー 牛乳	27 カレーうどん 麦茶 バナナ  ベルギーワッフル 牛乳
29 マーボー丼 野菜入りわかめスープ トマトと胡瓜のサラダ オレンジ  さつま芋きなこ 牛乳	30 ごはん ひじきの味噌汁 ほっけの煮魚 肉みそ納豆 みかん  人参ケーキ 牛乳	31 チャーシュー味噌ラーメン 麦茶 シューマイ バナナ  シュガーバターパン 牛乳			

3才未満児)エネルギー 482 kcal たんぱく質 17.7 g  
 ( 以上児 )エネルギー 543 kcal たんぱく質 20.8 g

※都合により献立を変更させていただくことがありますのでご了承下さい。何かご心配、お気づきの点などございましたら、お知らせ下さい。