







1月 献立予定表

目標 ☆地域の食文化を体験し郷土への関心を持ちましょう。
☆お友達と一緒に食べ終われるようにしましょう。

畑田保育園
令和3年1月1日

曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1	2
献立表					【元日】 	【お休み】
乳児屋食						
乳児おやつ						
3時のおやつ						
日付	4	5	6	7	8	9
献立表	ポークカレー マカロニサラダ わかめのスープ ヨーグルト	ちぐさ焼き すき昆布煮 さつま芋の味噌汁 果物	カレイの煮つけ キャベツの卵とじ 豆腐の味噌汁 果物	【県内保育園共通メニュー】 ツナとほうれん草の Pasta 海藻サラダ ブロッコリーのスープ 果物	魚の香味焼き もやしのナムル 田舎汁 果物	おやつ
乳児屋食	幼児と同じ	ごはん・納豆	ごはん・味付け海苔	幼児と同じ	幼児と同じ	
乳児おやつ	豆乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳・醤油せんべい	ジョア・じゃがもち	牛乳・ミニたい焼き	七草粥	牛乳・クッキー	
日付	11	12	13	14	15	16
献立表	【成人の日】 	肉じゃが 切干大根煮 なめこの味噌汁 果物	鯖の味噌煮 青菜のおかか和え のっぺい汁 果物	ぶりの照り焼き お煮しめ ひつまみ汁 果物	麻婆豆腐丼 春雨サラダ ワンタンスープ 果物	おやつ
乳児屋食		むぎごはん	ごはん・納豆	幼児と同じ	あわごはん	
乳児おやつ		牛乳	ヤクルト	牛乳	豆乳	
3時のおやつ		牛乳・ジャムサンド	牛乳・お好み焼き	牛乳・芋けんぴ	牛乳・バターせんべい	
日付	18	19	20	21	22	23
献立表	イカリングフライ ナポリタン 卵スープ 果物	【お誕生会】 	おばけのてんぷら 三色なます わかめの味噌汁 果物	ドライカレー ツナサラダ コンソメスープ ヨーグルト	親子丼 青菜のなめたけ和え 寒大根の味噌汁 果物	おやつ
乳児屋食	おにぎり	幼児と同じ	炊き込みご飯	ナン	幼児と同じ	
乳児おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	ジョア・エビせんべい	ほうじ茶・ケーキ	フルーツヨーグルト	麦茶・ほしいも	牛乳・クラッカー	
日付	25	26	27	28	29	30
献立表	メンチカツ ごぼうサラダ クリームシチュー 果物	鮭のちゃんちゃん焼き ジャーマンポテト 根菜汁 果物	チーズ春巻き コーンサラダ めかぶスープ 果物	ほっけの塩煮 五目金平 肉団子スープ 果物	みそ焼き肉 寒締めほうれん草のごま和え あさりの味噌汁 果物	おやつ
乳児屋食	食パン	幼児と同じ	ごま塩ごはん	ごはん・納豆	幼児と同じ	
乳児おやつ	牛乳	豆乳	ホットミルク	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	麦茶・たぬきおにぎり	牛乳・もちもちチーズパン	牛乳・ホットケーキ	牛乳・ちよこパイ	ジョア・おかき	

保育所給食の給与栄養量

3歳未満児1日平均	エネルギー504キロカロリー ビタミンC22mg	たんぱく質21.8g 鉄2.8mg	カルシウム298mg
3歳以上児1日平均	エネルギー587キロカロリー ビタミンC24mg	たんぱく質19.5g 鉄3.1mg	カルシウム207mg