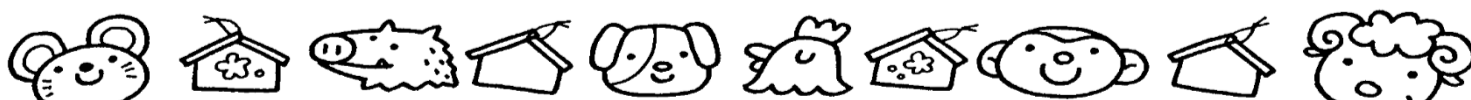




10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
4 土	煮込みうどん バナナ 牛乳	ちくわ ぎゅうにゅう	うどん	いんげん ねぎ にんじん バナナ	牛乳 ぱりんこ	406	15.7	17.4	1.0	バナナ
6 月	ポパイカレー 春雨の酢の物 りんご 麦茶	ぶたにく ハム ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はるさめ	にんじん たまねぎ ほうれんそう かぼちゃ きゅうり ひじき りんご	牛乳 ぼたぼた焼き	497	14.8	14.5	1.3	バナナ
7 火	ご飯 味噌汁(大根・人参) 鶏肉味噌焼 納豆 わかめの酢の物 りんご	とりにく なつとう 花かつお ぎゅうにゅう みそ	こめ そうめん	にんじん しいたけ だいこん ねぎ わかめ きゅうり かぶ りんご こまつな みつば	牛乳 七草そうめん	481	23.2	10.0	2.1	ゆかり おにぎり
8 水	ご飯 味噌汁(豆腐) ひじき卵焼き チーズなます さつま芋の甘煮 りんご	とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ さつまいも	ねぎ キャベツ ひじき いんげん にんじん レモン汁 りんご いちごジャム	牛乳 クラッカーサンド	584	18.9	19.3	1.6	ぱりんこ
9 木	ご飯 味噌汁(板麩・たまねぎ) 豆腐ステーキ とうみょう炒め 煮なます りんご	とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ こむぎこ オリーブ油 しらたき じゃがいも かたくりこ	えのき たまねぎ にんじん トウモロコシ もやし ごぼう しいたけ ひじき りんご	牛乳 ポテトもち	435	16.4	10.4	1.3	バナナ
10 金	ご飯 味噌汁(ほうれん草・板ふ) ささみのレモン煮 もやしと人参の和え物 はるさめ炒め りんご	とりにく 花かつお ほしえび ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ いたふ かたくりこ はるさめ ごま油	ほうれんそう にんじん レモン汁 もやし ほくさい コーン缶 乾しいたけ ひじき りんご	麦茶 ミルク餅	458	21.4	6.5	0.6	わかめ おにぎり
11 土	五目うどん バナナ 牛乳	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ いんげん バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	461	18.3	19.9	1.5	ココナッツ サブレ
13 月	<b>成人の日</b>									
14 火	ご飯 味噌汁(人参・もやし) 和風豆腐ハンバーグ いんげん胡麻和え わかめの吉野煮 りんご	ぶたにく とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ パン粉 かたくりこ	えのき もやしにんじん たまねぎ だいこん いんげん わかめ グリンピース りんご バナナ	牛乳 バナナ 源氏パイ	503	20.4	16.4	1.5	バナナ
15 水	赤飯 すまし汁 鶏肉の照り焼き 紅白なます お煮しめ みかん	あずき とりにく こうやとうふ ぜらチン ぎゅうにゅう	こめ こんにやく	しめじ こまつな だいこん にんじん しいたけ ごぼう いんげん こんぶ みかん	ミルクプリン クラッカー	468	26.0	13.0	1.9	源氏パイ
16 木	ご飯 味噌汁(ねぎ・じゃが芋) 炒め卵のくずあんかけ ほうれん草お浸し ひじき煮 りんご	たまご ぶたにく だいず ぎゅうにゅう さつまあげ みそ	こめ じゃがいも かたくりこ しらたき 食パン	にんじん ねぎ たまねぎ ほうれんそう のり ひじき いんげん りんご いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	547	22.5	15.4	2.2	ジャム サンド
17 金	ご飯 味噌汁(豆腐・もやし) さばのカレー竜田揚げ ブロッコリー昆布茶和え みそきんぴら りんご	とうふ さば ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ こんにやく ごま油 ふ、バター	もやし にんじん にんにく しょうが ブロッコリー ごぼう りんご	牛乳 お麩のラスク	599	22.1	26.1	1.6	ゆかり おにぎり
18 土	卵うどん バナナ 牛乳	たまご とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ねぎ にんじん いんげん バナナ	牛乳 サラダせん	445	18.3	17.5	1.3	サラダせん
20 月	ミートスパゲティ 大根スープ コールスローサラダ りんご	ぶたにく ハム ぎゅうにゅう みそ	スパゲティ オリーブ油 こめ	にんじん ピーマン たまねぎ しいたけ トマト缶 バセリ だいこん こまつな りんご キャベツ きゅうり カットわかめ	牛乳 わかめおむすび	542	20.4	13.3	1.5	バナナ
21 火	ご飯 味噌汁(わかめ・ねぎ) 焼き鮭 キャベツのおひたし 切り干し大根カレー りんご	さけ ぜらチン みそ	こめ いたふ	わかめ ねぎ キャベツりんご にんじん 切干しいたけ いんげん 乾しいたけ りんごジュース	りんごゼリー サラダせん	419	16.8	6.1	1.6	ぼたぼた 焼き
22 水	風あげカレー スープ マロニーサラダ りんご	ウインナー ハム ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はるさめ 食パン	にんじん たまねぎ えのき たけのこ こまつな きゅうり りんご	牛乳 マーマレードサンド	554	17.3	19.2	2.5	マーマレード サンド
23 木	ご飯 味噌汁(さつま芋・ねぎ) 竹輪のはさみ揚げ いんげんとにんじんのみそ炒め りんご	ちくわ ツナ缶 ぎゅうにゅう ほしえび たまご みそ	こめ さつまいも こむぎこ こま	ねぎ こまつな うめぼし いんげん にんじん りんご キャベツ あおのり	牛乳 お好み焼き	486	17.1	10.0	1.8	バナナ
24 金	野菜炒め丼 味噌汁(人参・もやし) おからポテトサラダ りんご	とりにく おから ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも 食パン	にんじん しめじ キャベツ えのき もやし コーン缶 きゅうり りんご	牛乳 みそトースト	497	20.8	22.2	1.5	わかめ おにぎり
25 土	野菜うどん バナナ 牛乳	とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ほうれんそう ねぎ にんじん しいたけ バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き	437	18.5	16.0	1.3	ぼたぼた 焼き
27 月	ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 豚肉のマーマレード焼き キャベツサラダ すき昆布煮 りんご	とうふ ぶたにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ しらたき ロールパン	えのき にんじん キャベツ きゅうり こんぶ ひじき りんご	牛乳 揚げパン	504	22.6	15.5	1.4	ロールパン
28 火	ご飯 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 炒り豆腐 小松菜煮浸し 鶏レバー生姜煮 りんご	とうふ ぶたにく たまご あぶらあげ レバー ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも さつまいも	わかめ にんじん たまねぎ 乾しいたけ グリンピース こまつな ひじき しょうが りんご	牛乳 大学ポテト	565	30.3	18.3	1.5	こま おにぎり
29 水	ゆかりご飯 みそ汁(えのき・ほうれん草) みそおでん チンゲン菜とハムの中華和え りんご	たまご なまあげ ちくわ ハム ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ こんにやく ごま油 マカロニ	えのき ほうれんそう にんじん だいこん こんぶ チンゲンサイ もやし りんご	牛乳 きな粉マカロニ	486	21.5	15.5	1.7	バナナ
30 木	ご飯 味噌汁(わかめ・白菜) 宝煮 小松菜の三色和え りんご	あぶらあげ とうふ ぶたにく たまご ヨーグルト みそ	こめ しらたき ごまごま油	わかめ ほくさい にんじん しめじ しいたけ ひじき グリンピース こまつな もやし りんご	ヨーグルト ぎんびすビスケット	484	20.7	14.9	1.1	ぱりんこ
31 金	鬼ライス すまし汁 焼ししゃも みかん	ハム うずら卵 ししゃも ウインナー たまご ぎゅうにゅう だいず チーズ	こめ	たまねぎ えのき こまつな ブロッコリー みかん	牛乳 大豆蒸しパン	525	23.5	23.3	1.8	わかめ おにぎり

※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみになります。栄養価に6時のおやつは含みません。

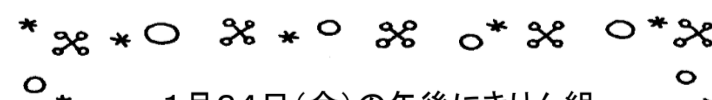


### あけましておめでとございます

新しい年を迎え、清々しい毎日を過ごされていることと思います。  
今年も、子どもたちの健康と成長を支え、安全でおいしい給食を提供してまいります。  
寒さが厳しい時季ですが、よく食べ、よく寝て、元気いっぱい毎日しましょう。



毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。  
献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。



1月24日(金)の午後にきりん組、  
おやつクッキングを行います。

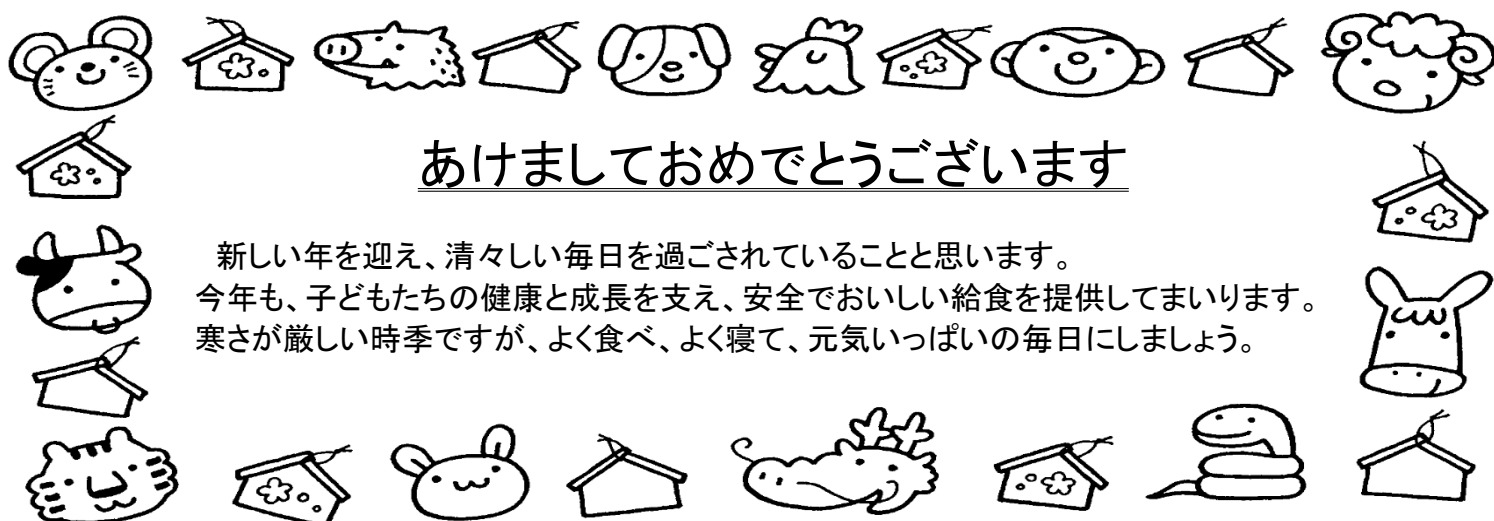
5月に仕込んだ味噌を使用し、  
みそトーストを作ります。





10じ	献立名	あか 血や肉や骨になるもの	きいろ 熱や力になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	3じのおやつ	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	6じのおやつ
4 土	牛乳 煮込みうどん パナナ 牛乳	ちくわ ぎゅうにゅう	うどん	いんげん ねぎ にんじん パナナ	牛乳 ぱりんこ	371	15.3	17.0	0.8	パナナ
6 月	牛乳 ポパイカレー 春雨の酢の物 りんご 麦茶	ぶたにく ハム ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はるさめ	にんじん たまねぎ ほうれんそう かぼちゃ きゅうり ひじき りんご	牛乳 ぼたぼた焼き	447	14.4	14.6	1.1	パナナ
7 火	牛乳 ご飯 味噌汁(大根・人参) 鶏肉味噌焼 納豆 わかめの酢の物 りんご	とりにく なつとう 花かつお ぎゅうにゅう みそ	こめ そうめん	にんじん しいたけ だいこん ねぎ のり わかめ きゅうり かぶ りんご こまつな みつば	牛乳 七草そうめん	376	19.9	10.5	1.9	ゆかり おにぎり
8 水	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐) ひじき卵焼き チーズなます さつま芋の甘煮 りんご	とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ さつまいも	ねぎ キャベツ ひじき いんげん にんじん レモン汁 りんご いちごジャム	牛乳 クラッカーサンド	459	16.6	17.9	1.3	ぱりんこ
9 木	牛乳 ご飯 味噌汁(板麩・たまねぎ) 豆腐ステーキ とろみよう炒め 煮なます りんご	とうふ ぎゅうにゅう みそ	こめ こむぎこ オリーブ油 しらたき じゃがいも かたくりこ	えのき たまねぎ にんじん トウモロコシ もやし ごぼう しいたけ ひじき りんご	牛乳 ポテトもち	338	14.5	10.9	1.2	パナナ
10 金	牛乳 ご飯 味噌汁(ほうれん草・板ふ) ささみのレモン煮 もやしと人参の和え物 はるさめ炒め りんご	とりにく 花かつお ほしえび ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ いたふ かたくりこ はるさめ ごま油	ほうれんそう にんじん レモン汁 もやし はくさい コーン缶 乾しいたけ ひじき りんご	麦茶 ミルク餅	368	19.3	8.4	0.7	わかめ おにぎり
11 土	牛乳 五目うどん パナナ 牛乳	とりにく あぶらあげ たまご ぎゅうにゅう	うどん	にんじん ねぎ いんげん パナナ	牛乳 ココナッツサブレ	403	17.1	19.1	1.1	ココナッツ サブレ
13 月	<b>成人の日</b>									
14 火	牛乳 ご飯 味噌汁(人参・もやし) 和風豆腐ハンバーグ いんげん胡麻和え わかめの吉野煮 りんご	ぶたにく とうふ たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ パン粉 かたくりこ	えのき もやしにんじん たまねぎ だいこん いんげん わかめ グリンピース りんご パナナ	牛乳 パナナ 源氏パイ	444	18.4	16.2	1.2	パナナ
15 水	牛乳 赤飯 すまし汁 鶏肉の照り焼き 紅白なます お煮しめ みかん	あずき とりにく こうやとうふ ゼラチン ぎゅうにゅう	こめ こんにやく	しめじ こまつな だいこん にんじん しいたけ ごぼう いんげん こんぶ みかん	ミルクプリン クラッカー	402	23.5	13.0	1.6	源氏パイ
16 木	牛乳 ご飯 味噌汁(ねぎ・じゃが芋) 炒め卵のくずあんかけ ほうれん草お浸し ひじき煮 りんご	たまご ぶたにく だいず ぎゅうにゅう さつまあげ みそ	こめ じゃがいも かたくりこ しらたき 食パン	にんじん ねぎ たまねぎ ほうれんそう のり ひじき いんげん りんご いちごジャム	牛乳 ジャムサンド	428	19.6	15.0	1.9	ジャム サンド
17 金	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐・もやし) さばのカレー竜田揚げ ブロッコリー昆布茶和え みそきんぴら りんご	とうふ さば ベーコン ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ こんにやく ごま油 ふ パター	もやし にんじん にんにく しょうが ブロッコリー ごぼう りんご	牛乳 お麩のラスク	472	19.3	23.5	1.3	ゆかり おにぎり
18 土	牛乳 卵うどん パナナ 牛乳	たまご とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ねぎ にんじん いんげん パナナ	牛乳 サラダせん	390	17.1	17.1	0.9	サラダせん
20 月	牛乳 ミートスパゲティ 大根スープ コールスローサラダ りんご	ぶたにく ハム ぎゅうにゅう みそ	スパゲティ オリーブ油 こめ	にんじん ピーマン たまねぎ しいたけ トマト缶 バセリ だいこん こまつな りんご キャベツ きゅうり カットわかめ	牛乳 わかめおむすび	476	18.8	13.6	1.3	パナナ
21 火	牛乳 ご飯 味噌汁(わかめ・ねぎ) 焼き鮭 キャベツのおひたし 切り干し大根カレー りんご	さけ ゼラチン みそ	こめ いたふ	わかめ ねぎ キャベツ りんご にんじん 切干しだいこん いんげん 乾しいたけ りんごジュース	りんごゼリー サラダせん	318	15.1	8.3	1.4	ぼたぼた 焼き
22 水	牛乳 風あげカレー スープ マロニーサラダ りんご	ウインナー ハム ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はるさめ 食パン	にんじん たまねぎ えのき たけのこ こまつな きゅうり りんご	牛乳 マーメイドサンド	487	16.4	18.4	2.1	マーメイド サンド
23 木	牛乳 ご飯 味噌汁(さつま芋・ねぎ) 竹輪のはさみ揚げ いんげんとにんじんのみそ炒め りんご	ちくわ ツナ缶 ぎゅうにゅう ほしえび たまご みそ	こめ さつまいも こむぎこ こま	ねぎ こまつな うめぼし いんげん にんじん りんご キャベツ あおのり	牛乳 お好み焼き	379	15.0	10.5	1.6	パナナ
24 金	牛乳 野菜炒め丼 味噌汁(人参・もやし) おからポテトサラダ りんご	とりにく おから ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも 食パン	にんじん しめじ キャベツ えのき もやし コーン缶 きゅうり りんご	牛乳 みそトースト	444	18.9	20.7	1.3	わかめ おにぎり
25 土	牛乳 野菜うどん パナナ 牛乳	とりにく ぎゅうにゅう	うどん	ほうれんそう ねぎ にんじん しいたけ パナナ	牛乳 ぼたぼた焼き	347	15.2	13.6	0.9	ぼたぼた 焼き
27 月	牛乳 ご飯 味噌汁(豆腐・えのき) 豚肉のマーメイド焼き キャベツサラダ すき昆布煮 りんご	とうふ ぶたにく ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ しらたき ロールパン	えのき にんじん キャベツ きゅうり こんぶ ひじき りんご	牛乳 揚げパン	393	19.6	15.0	1.3	ロールパン
28 火	牛乳 ご飯 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 炒り豆腐 小松菜煮浸し 鶏レバー生姜煮 りんご	とうふ ぶたにく たまご あぶらあげ レバー ぎゅうにゅう みそ	こめ じゃがいも さつまいも	わかめ にんじん たまねぎ 乾しいたけ グリンピース こまつな ひじき しょうが りんご	牛乳 大学ポテト	440	25.5	17.2	1.3	ごま おにぎり
29 水	牛乳 ゆかりご飯 みそ汁(えのき・ほうれん草) みそおでん チンゲン菜とハムの中華和え りんご	たまご なまあげ ちくわ ハム ぎゅうにゅう きなこ みそ	こめ こんにやく ごま油 マカロニ	えのき ほうれんそう にんじん だいこん こんぶ チンゲンサイ もやし りんご	牛乳 きな粉マカロニ	434	19.8	15.3	1.4	パナナ
30 木	牛乳 ご飯 味噌汁(わかめ・白菜) 宝煮 小松菜の三色和え りんご	あぶらあげ とうふ ぶたにく たまご ヨーグルト みそ	こめ しらたき ごま ごま油	わかめ ほくさい にんじん しめじ しいたけ ひじき グリンピース こまつな もやし りんご	ヨーグルト ぎんびすビスケット	453	20.6	15.6	1.0	ぱりんこ
31 金	牛乳 鬼ライス すまし汁 鶏つくね みかん	ハム うずら卵 とりにく ウインナー たまご ぎゅうにゅう だいず チーズ	こめ	たまねぎ えのき こまつな ブロッコリー みかん	牛乳 大豆蒸しパン	495	22.8	23.4	1.9	わかめ おにぎり

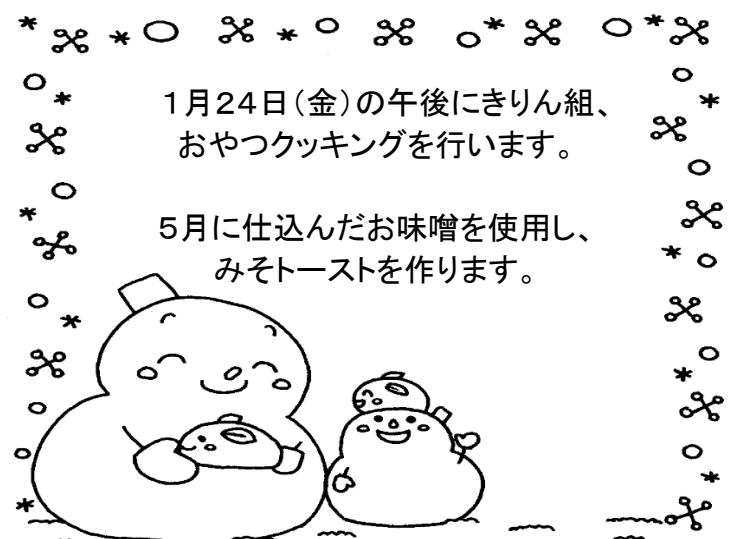
※食材の都合により献立が変更する場合があります。10じのおやつは1・2歳児のみになります。栄養価に6時のおやつは含みません。



あけましておめでとうございます

新しい年を迎え、清々しい毎日を過ごされていることと思います。今年も、子どもたちの健康と成長を支え、安全でおいしい給食を提供してまいります。寒さが厳しい時季ですが、よく食べ、よく寝て、元気いっぱい毎日しましょう。

毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。



1月24日(金)の午後にきりん組、おやつクッキングを行います。

5月に仕込んだお味噌を使用し、みそトーストを作ります。

# 1月の離乳食予定表

令和6年度



大新保育園

月	火	水	木	金	土
<p>あけまして おめでとうございます</p>					4 野菜うどん バナナ ヨーグルト
6	7	8	9	10	11
かゆ・汁 豚のくず煮 ボイル野菜 白せんべい	かゆ・汁 鶏みそ煮 わかめ吉野煮	かゆ・汁 炒り豆腐 さつまいも煮	かゆ・汁 湯豆腐 煮なます	かゆ・汁 ささみくず煮 野菜の和え物	五目うどん バナナ ヨーグルト
13	14	15 新春かくし芸大会	16	17	18
成人の日	かゆ・汁 豆腐バーグ 煮野菜	かゆ・汁 鶏肉くず煮 お煮しめ	かゆ・汁 豆腐あん ホウレン草のお浸し	かゆ・汁 煮魚(鮭) みそきんぴら	野菜うどん バナナ ヨーグルト
	幼児ビスケット	ヨーグルト	ジャムサンド	お麩のラスク	ヨーグルト
20	21	22 誕生会	23	24	25
野菜うどん きざみサラダ	かゆ・汁 煮魚(鮭) 煮野菜和え	かゆ・汁 ポトフ風煮 マロニー和え	かゆ・汁 ツナ煮 野菜のみそ煮	かゆ・汁 鶏のくず煮 ポテトサラダ	煮込みうどん バナナ ヨーグルト
青のりがゆ	ヨーグルト	ジャムサンド	うすやき	パンがゆ	ヨーグルト
27	28	29	30	31 豆まき会	
かゆ・汁 豚のくず煮 昆布の煮物 ジャムサンド	かゆ・汁 炒り豆腐 レバー煮	かゆ・汁 みそおでん チンゲン菜和え	かゆ・汁 宝煮 小松菜和え	かゆ・汁 鶏だんご 煮野菜 蒸しパン	

新しい年を迎え、清々しい毎日  
過ごされていることと思います。

今年も、子どもたちの健康と成長を  
支え、安全でおいしい給食を提供  
してまいります。

寒さが厳しい時季ですが、よく食  
べ、よく寝て、元気いっぱい毎日  
にしましょう。

**感染症が流行する季節です**

体をあたためる料理で体温をあげましょう。  
ビタミン、ミネラルの多い緑黄色野菜や果物、  
体力をつける、納豆やみそ、ヨーグルトの  
発酵食品を食べられるといいですね。

毎日の給食は大新保育園ホームページに載せています。  
献立等の変更があった場合もそちらでお知らせいたしますので、ご覧ください。