

1月 予定献立表

R6.1.6



さんさん保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
年始休暇 	年始休暇 	年始休暇 	年始休暇 	年始休暇 	おちゃごはん 春の七草風スープ 小松菜のおかか和え
					きんとん
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
成人の日 	けんちんうどん えび天 紅白なます わかめおにぎり	ごはん さばの塩麴焼き 根菜のみそ汁 大豆の五目煮 黒ゴマラスク	 ごはん 筑前煮 なめこのみそ汁 青菜の納豆和え じゃがいももち	ごはん サーモンのテリバタ カブのみそ汁 中華もやしサラダ いちごミルクゼリー	豚丼 チンゲン菜のみそ汁 切干大根のサラダ 黒糖蒸しパン
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
ごはん 豆腐のまさご焼き 大根のスープ 人参じゃこサラダ スイートポテト	しょうゆラーメン 煮卵 もやしとわかめの和え物 塩昆布とツナのおにぎり	ごはん かれいのみそマヨ焼き 豆腐のみそ汁 ポテトサラダ アップルケーキ	ごはん 豚肉はちみつケチャップ焼き きのこのスープ れんこんサラダ ぶどうゼリー	ごはん さばの味噌煮 油揚げのみそ汁 胡麻酢和え ドーナッツ	親子丼 わかめのみそ汁 ほうれん草とコーンのナムル スコーン
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
ごはん 麻婆厚揚げ きゃべつの子キンスープ 春雨サラダ シュガーラスク	鶏南蛮うどん 野菜かき揚げ 青菜おにぎり	ごはん 鮭のコーンソースかけ かきたまスープ ほうれん草ソテー フライドポテト	 お誕生日 プレートランチ ココアマフィン	カレーライス ポトフ シーザーサラダ パイナップルゼリー	ピラフ コンソメスープ トマトチーズマカロニ ジャムトースト
29日(月)	30日(火)	31日(水)	<div style="border: 1px dashed green; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">7日は七草(人日の節句)になります</p> <p>芹・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・ すずな・すずしろ の7つは「春の七草」といって、昔からこの日に七草をいれたお粥を食べる習慣があります。七草には消化を助ける働きがあり、お正月に食べすぎて疲れた胃を休めるのにピッタリです。</p> </div>		
ごはん 鶏ののり塩焼き 白菜のみそ汁 切干大根とかにかまサラダ マドレーヌ	スパゲティボリタン ジュリアンスープ ツナコーンサラダ スタミナおにぎり	ごはん 鮭の香草パン粉焼き ミネストラスープ アボカドサラダ フルーツヨーグルト			

