



2019年1月ランチメニュー



今月の栄養量 エネルギー：601Kcal たんぱく質：22.2g 脂質：18.2g 塩分：1.8g	旬の食材 ・小松菜 ・レモン ・みかん
---	------------------------------



～五感を知ろう～
 五感を使って味わう
 献立にはマークが
 ついています。
 今月は
 『触る・手で感じよう』
 他にもあるかな？

※18日の食育、29日の食体験は5歳児さんが対象です。

新田保育園

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12
そぼろ丼 お雑煮 パイン缶	ごはん 鶏肉の唐揚げ キャベツのゆかり和え ごぼうとまよしの味噌汁	麦ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え わかめとえのきの味噌汁	ごはん あじのパン粉焼き ひじきサラダ 大根と小松菜のスープ	ごはん 肉じゃが ほうれん草の炒め物 そうめんとしめじの味噌汁	醤油ラーメン 小松菜のナムル バナナ
コーンチーズ蒸しパン 牛乳	ツナサンド 牛乳	麩のラスクとみかん 牛乳	豆乳ミルク餅 牛乳	レモントースト 牛乳	パウムクレーン 牛乳
14	15	16	17	18	19
☆成人の日☆	☆小正月☆			☆食育：小松菜☆	
	ごはん 白身魚の南部焼き 切干大根煮 豆乳の味噌汁	ごはん 鶏肉の甘酢煮 いんげんのツナマヨ和え 豆腐と青菜の味噌汁	カレーライス グリーンサラダ りんご	ごはん 柳川風煮 小松菜のごま和え 厚揚げとえのきの味噌汁	焼きそば 貝だくさんスープ 黄桃缶
	小豆粥と昆布の佃煮 お茶	ジャムサンド 牛乳	ちんすこう 牛乳	ポンデケーキ 牛乳	紅茶ケーキ 牛乳
21	22	23	24★お誕生日会	25	26
	☆お米丸と日本めぐり☆				
アマランサスごはん 揚げささみのレモン風味 キャベツのオーロラソース和え わかめとえのきの味噌汁	かやくごはん 小田巻蒸し 小松菜とじゃこの甘辛炒め	ごはん 白身魚のねぎ味噌焼き 高野豆腐煮 ほうれん草と玉葱のすまし汁	ハムピラフ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ アスパラとブチトマト コンソメスープ	ごはん あじの野菜あんかけ 青のりポテト うす揚げと青菜の味噌汁	かやくうどん 南瓜煮 チーズ
プリンとばりんこ 牛乳	でっちようかん お茶	コーンフレーク 牛乳	お祝いケーキ オレンジジュース	抹茶ケーキ 牛乳	牛乳ケーキ 牛乳
28	29	30	31		
	☆食体験：ラップおにぎり☆				
ごはん 鶏肉の照り焼き ひじき煮 じゃが芋とほうれん草の味噌汁 きな粉マカロニ 牛乳	ミネラルロール 豚肉と大豆のクリームシチュー コールスローサラダ みかん ゆかりおにぎりとしらべの甘辛煮 お茶	麦ごはん さばの味噌煮 白菜の磯和え 豆腐としめじのすまし汁 クリームスープバゲティ 牛乳	ごはん 鶏肉と根菜の煮物 もずくの酢の物 卵と玉葱の味噌汁 じゃこマヨトースト 牛乳		