1月 給食だより

小袖保育園

令和4年12月28日発行

日	曜	未満児 おやつ	未満児 主食	献立名	おやつ
1 2 3	日 月 火	休園		2023 Happy New Year ～年始休み～	
4	水	牛乳 クッキー	ご飯	・カレー・福神漬け・スパサラダ・三色ゴマ和え・スープ・バナナ	お茶　ドーナツ
5	木	お茶 ウエハース	ご飯	・焼きししゃも・さつま芋サラダ・納豆和え・そうめん・みかん	牛乳　ピザパン
6	金	牛乳 ビスケット	ご飯	・まさご揚げ・ポテトサラダ・中華和え・味噌汁・りんご	ジョア　クッキー
7	土	果物	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト（持参）
9	月	休園		☆成人の日☆	
10	火	牛乳 クッキー	ご飯	・鮭の塩焼き・ひじき煮・かみかみ和え・いものこ汁・バナナ	ヨーグルト　バームクーヘン
11	水	ヨーグルト	ご飯	・焼きうどん・大根サラダ・竹輪のきゅうり詰め・味噌汁・オレンジ	お茶　おにぎり
12	木	お茶 せんべい	ご飯	・シチュー・ポパイ炒め・かりぽり和え・春雨スープ・みかん	牛乳　蒸しパン
13	金	りんご	ご飯	・ハンバーグ・春雨炒め・五目お浸し・味噌汁・バナナ	ジョア　焼き芋
14	土	お茶 ビスケット	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト（持参）
16	月	牛乳 クッキー	おもち おにぎり	～もちつき・みずきかざり～煮しめ・おもち・みかん	牛乳　メロンパン
17	火	牛乳 クッキー	ご飯	・ミートスパ・野菜サラダ・二色ゴマ和え・味噌汁・りんご	ヨーグルト　ウエハース
18	水	ゼリー	ご飯	・チキンカレー・マカロニサラダ・ツナ和え・卵スープ・みかん	お茶　お好み焼き
19	木	お茶 せんべい	ご飯	・茶碗蒸し・昆布煮・ほうれん草の鮭缶和え・味噌汁・キウイ	牛乳　肉まん
20	金	牛乳 クッキー	ご飯	・メンチカツ・すき焼き煮・ひじき煮・味噌汁・バナナ	ジョア　クッキー
21	土	お茶 ビスケット	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト（持参）
23	月	お茶 ウエハース	ご飯	・サバの塩焼き・ベーコンエッグ・切干大根・すいとん汁・りんご	牛乳　ウインナーロール
24	火	ジョア	ご飯	・手羽の煮付け・ミートボール・五目お浸し・味噌汁・バナナ	プリン　ウエハース
25	水	お茶 せんべい	ご飯	・麻婆豆腐・マカロニサラダ・しゅうまい・チーズ・味噌汁・みかん	お茶　フランクフルト
26	木	牛乳 クッキー		★愛情いっぱいお弁当の日★～味噌汁・果物～	牛乳　ケーキ
27	金	お茶 ウエハース	ご飯	・回鍋肉・スパサラダ・野菜の海苔和え・チーズ・卵スープ・バナナ	ジョア　クロワッサン
28	土	お茶 せんべい	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト（持参）
30	月	お茶 ウエハース	ご飯	・白身魚フライ・納豆・昆布煮・えのき和え・豚汁・ぶどう	牛乳　クリームパン
31	火	牛乳 クッキー	ご飯	・豆腐つくね・ホタテフライ・鶏肉のみそ焼き・味噌汁・みかん	ヨーグルト　バームクーヘン

《給食のねらい》

- 行事食の由来を知り、みんなと楽しく食べる。
- 風邪(インフルエンザ等)の予防に
  心がけて何でもよく食べる。

給食材料のご寄付、ありがとうございました。

お知らせ

- 1月16日（月） ほのぼのふれあい会です。
地域のおばあちゃんたちとおもちをついて水木飾りをします。
おもちを食べますが小さめのおにぎり1個を持たせて
ください。スプーン、フォークの準備、お願いします。

- 1月26日（木） 愛情いっぱいお弁当の日です。
お弁当、スプーン、フォークの準備お願いします。

今月の栄養目標量

	3歳以上児（副食のみ）	3歳未満児（完全給食）
エネルギー（kcal）	427	542
たんぱく質（g）	20.1	20
脂質（g）	17.6	17.3
カルシウム（mg）	236	251
食塩（g）	1.7	1.4