



給食だより



小袖保育園

令和5年12月28日発行

日	曜	主食	献立名	おやつ
1	月	/	2024 ~年始休み~	
2	火			
3	水			
4	木	ご飯	・カレー・福神漬け・スパサラダ・三色ゴマ和え・卵スープ・みかん	お茶 肉まん
5	金	ご飯	・焼きうどん・ポテトサラダ・五目お浸し・根菜汁・バナナ	牛乳 パン
6	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
8	月	/	祝日 ☆成人の日☆	/
9	火	ご飯	・白身魚フライ・ブロッコリーサラダ・小松菜のツナ和え・豚汁・ぶどう	ヨーグルト チョコパイ
10	水	ご飯	・ナスと豚肉の生姜焼き・マカロニサラダ・厚揚げのお浸し・味噌汁・りんご	牛乳 アメリカンドック
11	木	ご飯	・鶏肉の唐揚げ・春雨サラダ・ベーコンポテト・味噌汁・バナナ	お茶 たこ焼き
12	金	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	ジョア クッキー
13	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
15	月	ご飯	・鮭のみそ焼き・れんこんサラダ・焼き鳥炒め・味噌汁・みかん	牛乳 チョコスティック
16	火	ご飯	・天ぷら・五目ひじき煮・水菜サラダ・味噌汁・バナナ	ヨーグルト クッキー
17	水	ご飯	・チキンカレー・福神漬け・ゆで卵・わかめとコーンサラダ・スープ・りんご	牛乳 ハムサンド
18	木	ご飯	・豚肉の卵とじ・さつま芋サラダ・昆布煮・味噌汁・キウイ	牛乳 パンラスク
19	金	ご飯	・中華風煮・チキンナゲット・しゅうまい・さつま汁・バナナ	ジョア ウエハース
20	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
22	月	ご飯	・タラフライ・ナスの味噌炒め・ブロッコリーのゴマ和え・味噌汁・みかん	牛乳 ジャムパン
23	火	/	★愛情いっぱいお弁当の日★	ヨーグルト ウエハース
24	水	ご飯	・きのこスパ・ポパイ炒め・さつま芋のサラダ・野菜スープ・りんご	牛乳 ホットケーキ
25	木	ご飯	・ピーマンの肉詰め・めかぶサラダ・野菜ののり和え・芋のこ汁・バナナ	お茶 蒸しパン
26	金	ご飯	・卵ミートソース・五目お浸し・春雨炒め・マーボースープ・キウイ	ジョア ドーナツ
27	土	パン	・パン・牛乳・バナナ	ヨーグルト(持参)
29	月	ご飯	・サバの塩焼き・ポテトサラダ・ホタテフライ・すいとん汁・パイナップル	牛乳 メロンパン
30	火	ご飯	・シチュー・マカロニサラダ・ミートボール・鮭缶和え・バナナ	ヨーグルト バームクーヘン
31	水	ご飯	・野菜の肉巻き・まめまめサラダ・チーズ・切干大根・そうめん・りんご	お茶 フライドポテト

《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、好き嫌いなく、食べる。

給食材料のご寄付

ありがとうございました。

・1月12日(金) ほのぼの給食会です。

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23日(火) 愛情いっぱいお弁当の日です。

お弁当、スプーン、フォークの準備をお願いします。

・1月22日・24日・25日・26日は給食試食会です。

子ども達と一緒に楽しく食べましょうね～☆
何も必要なものはありません。



今月の栄養目標量

	3歳以上児 (副食のみ)
エネルギー (k cal)	479
たんぱく質 (g)	21.7
脂質 (g)	22.5
カルシウム (mg)	208
食塩 (g)	1.6