



ひばり保育園 1月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
<p>エネルギー・・・562kcal たんぱく質・・・19.5g</p> <p>太字は園行事です。</p>	<p>胃腸をいたわり、冬休みを元気に過ごそう!!</p> <p>食べ過ぎ注意!! 大みそかやお正月などの行事にはごちそうを食べる機会が増えますね。おいしいものはつい食べ過ぎてしまいますが、胃腸に負担をかけないために、腹八分目を心がけましょう。また、ダラダラ食べたりせずに規則正しい生活も忘れずにしましょう。</p>		1	2	3
	← 令和7年12月27日～令和8年1月4日まで冬休み →				
<p>5 ふりかけご飯 コロッケ キャベツのソテー スープ パイ&おせんべい・M 平常保育始まり</p>	<p>6 ご飯 豚肉ともやし炒め はるさめサラダ スープ ロールカステラ・M</p>	<p>7 ご飯 白身魚のみそ焼き 肉じゃが すまし汁 ホットサンド・M</p>	<p>8 ご飯 すき焼き風肉豆腐 キャベツの昆布和え みそ汁 焼きいも・M</p>	<p>9 おもち三種 きつねうどん みかん ドーナツ&おせんべい・M 新年子ども会</p>	<p>10 ふりかけご飯 照り焼きチキン マカロニサラダ スープ おかし・M</p>
<p>12 成人の日</p>	<p>13 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 ツナサラダ みそ汁 ポテトフライ・M</p>	<p>14 ご飯 ちくわの磯辺揚げ ひじき納豆 豚汁 コーンフレーク・M</p>	<p>15 ナポリタン ブロッコリーサラダ ゼリー スープ ホイップクリームパン・M レオ・ライナと楽しく遊ぼう!</p>	<p>16 ご飯 カジキのおろし煮 ほうれん草の白和え みそ汁 クッキー&おせんべい・J</p>	<p>17 野菜たっぷりうどん バナナ チーズ蒸しパン・M</p>
<p>19 ふりかけご飯 ポークビーンズ チーズサラダ スープ チョコレートパン・M</p>	<p>20 茶飯 マグロカツ 納豆サラダ みそ汁 クラッカーサンド・ココア さくら組クッキング 避難訓練</p>	<p>21 焼きそば コーンサラダ オレンジ スープ ホットドッグ・M</p>	<p>22 お弁当 サブレ&おせんべい・M お弁当デー</p>	<p>23 青菜ご飯 花しゅうまい 切干煮 みそ汁 スイートポテト・M</p>	<p>24 ちゃんぽんうどん ゼリー クロワッサン・M</p>
<p>26 しょうゆラーメン みかん ごはんみそもち・麦茶</p>	<p>27 ご飯 親子煮 わかめサラダ みそ汁 かりんとう&おせんべい・J クラスの集合写真撮影</p>	<p>28 お楽しみメニュー ケーキ・M お誕生日会</p>	<p>29 ご飯 鮭のムニエル グリーンサラダ スープ 肉まん・M 鳩山幼稚園にて中学生と触れ合い ひまわり2組</p>	<p>30 カレーライス もやしのナムル チーズ スープ マカロニきなこ・M 防犯訓練</p>	<p>31 わかめうどん バナナ おかし・M</p>