



ひばりゆりかご保育園 1月の献立 & 行事予定



月	火	水	木	金	土
エネルギー・・・515kcal たんぱく質・・・19.4g 太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。	1	2	3	4	5
	平成30年12月29日～平成31年1月3日まで冬休み				
				ふりかけご飯 照り焼きチキン キャベツの昆布和え スープ かりんとう&おせんべい・M 平常保育始まり	
7	8	9	10	11	12
麻婆豆腐ライス コーンサラダ チーズ スープ ポテトフライ・M	焼きそば ブロッコリーサラダ フルーツ スープ ホットサンド・M	ご飯 はんぺんフライ ほうれん草の納豆和え みそ汁 サブレ&おせんべい・M	ご飯 白身魚のみそ焼き 切干煮 すまし汁 焼きいも・M	豚汁うどん フルーツ 蒸しパン・M	ハヤシライス フルーツ スープ おかし・M
14	15	16	17	18	19
成人の日 	ふりかけご飯 豚肉の野菜巻き わかめサラダ みそ汁 コーンフレーク・M	お弁当  ビスケット&おせんべい・M お弁当デー 	吉野汁うどん フルーツ ラスク・M	ご飯 すき焼き風肉豆腐 もやしのナムル みそ汁 スティックパイ・M 避難訓練 	ふりかけご飯 みそ焼きチキン マカロニサラダ スープ おかし・M
21	22	23	24	25	26
ふりかけご飯 豚肉のしょうが焼き 大豆サラダ みそ汁 クラッカーサンド・M	ご飯 鮭の塩焼き 炒り鶏 みそ汁 パウムクーヘン&おせんべい・M	お楽しみメニュー  ケーキ・M	ナポリタン ツナサラダ チーズ スープ 揚げパン・M	わかめご飯 ハンバーグ れんこんのきんぴら みそ汁 おでん・麦茶	野菜たっぷりうどん フルーツ クリームパン・M
	1歳6ヶ月児健診 平成29年4～6月生まれ		保育参観・参加Week お誕生日会 		
28	29	30	31	1月になり、新しい年の始まりです。お節料理やお雑煮などのごちそうで、お腹が疲れやすくなっていませんか。ちょうどそんな時に食べるのが七草粥です。 元旦から7日目の朝に、万病・邪気をはらうために、7種の野菜を粥と共に煮込んだ七草粥を食べます。味付けは軽い塩味にします。卵などを入れると子どもにも食べやすくなりますよ。	
青菜ご飯 鶏のさっぱり煮 チーズサラダ スープ ドーナツ&おせんべい・M	ハッシュドビーフ 春雨サラダ フルーツ スープ 野菜チップス・M	ご飯 かじきのおろし煮 ひじき納豆 みそ汁 お好み焼き・M	ちゃんぽんうどん フルーツ おにぎり・麦茶		

ひばりゆりかご保育園 1月の離乳食(後期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
<p>太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。</p>	1	2	3	4	5
	← 平成30年12月29日～平成31年1月3日まで冬休み →			ふりかけご飯 照り焼きチキン キャベツの昆布和え スープ ビスケット&パピ-せんべい・麦茶 平常保育始まり	わかめうどん チーズ ラスク・麦茶
7	8	9	10	11	12
麻婆豆腐ライス コーンとわかめのスープ煮 チーズ スープ いももち・麦茶	五目おじや ブロッコリーのやわらか煮 フルーツ スープ ホットサンド・麦茶	軟飯 はんぺんフライ ほうれん草の納豆和え みそ汁 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	軟飯 白身魚のみそ焼き 切干煮 すまし汁 焼きいも・麦茶	豚汁うどん フルーツ 蒸しパン・麦茶	ハヤシライス フルーツ スープ ビスケット&パピ-せんべい・麦茶
14	15	16	17	18	19
成人の日 	ふりかけご飯 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 わかめとキャベツのおひたし みそ汁 かぼちゃの茶巾・麦茶	お弁当 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶 お弁当デー	吉野汁うどん フルーツ ラスク・麦茶	軟飯 肉豆腐 もやしのナムル みそ汁 さつまいもスティック・麦茶 避難訓練	軟飯 みそ焼きチキン キャベツのソテー スープ ビスケット&パピ-せんべい・麦茶
21	22	23	24	25	26
ふりかけご飯 豚肉のしょうが焼き 大豆サラダ みそ汁 かぼちゃのチーズ和え・麦茶	軟飯 鮭の塩焼き 炒り鶏 みそ汁 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	お楽しみメニュー ケーキ・麦茶	チキンライス キャベツとツナのスープ煮 チーズ スープ きなこペーストサンド・麦茶	わかめご飯 ハンバーグ れんこんのきんぴら みそ汁 おでん・麦茶	野菜たっぷりうどん フルーツ チーズサンド・麦茶
← 1歳6ヶ月児健診 平成29年4～6月生まれ 保育参観・参加Week →					
		 お誕生日会			
28	29	30	31	1月になり、新しい年の始まりです。お節料理やお雑煮などのごちそうで、お腹が疲れやすくなっていませんか。ちょうどそんな時に食べるのが七草粥です。 元旦から7日目の朝に、万病・邪気をはらうために、7種の野菜を粥と共に煮込んだ七草粥を食べます。味付けは軽い塩味にします。卵などを入れると子どもにも食べやすくなりますよ。	
青菜ご飯 鶏のさっぱり煮 キャベツのチーズ煮 スープ ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	ハヤシライス キャベツの酢の物 フルーツ スープ 野菜スティック・麦茶	軟飯 かじきのおろし煮 ひじき納豆 みそ汁 お好み焼き・麦茶	肉野菜うどん フルーツ おにぎり・麦茶		



ひばりゆりかご保育園 1月の離乳食(中期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
<p>太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。</p>	1	平成30年12月29日～平成31年1月3日まで冬休み		4	5
				7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶 平常保育始まり	煮込み野菜うどん バナナ パン粥・麦茶
7	8	9	10	11	12
7倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ じゃがいものマッシュ・麦茶	五目おじや ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ パン粥・麦茶	7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	7倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 焼きいも・麦茶	みそ煮込みうどん すりりんご 蒸しパン・麦茶	7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶
14	15	16	17	18	19
成人の日 	7倍粥 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 野菜スープ かぼちゃの茶巾・麦茶	お弁当 <p>お弁当デー</p>	煮込み吉野汁うどん すりりんご パン粥・麦茶	7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ さつまいものマッシュ・麦茶 避難訓練 	7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶
21	22	23	24	25	26
7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ かぼちゃのチーズ和え・麦茶	7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	お楽しみメニュー <p>ケーキ・麦茶</p>	7倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ パン粥・麦茶	7倍粥 豚ひき肉と野菜のケチャップ煮 野菜スープ おでん(大根、じゃがいも)・麦茶	煮込み野菜うどん バナナ パン粥・麦茶
	1歳6ヶ月児健診 平成29年4～6月生まれ		保育参観・参加Week お誕生日会 		
28	29	30	31	<p>1月になり、新しい年の始まりです。お節料理やお雑煮などのごちそうで、お腹が疲れやすくなっていませんか。ちょうどそんな時に食べるのが七草粥です。 元旦から7日目の朝に、万病・邪気をはらうために、7種の野菜を粥と共に煮込んだ七草粥を食べます。味付けは軽い塩味にします。卵などを入れると子どもにも食べやすくなりますよ。</p>	
7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ ビスケット&ベビーせんべい・麦茶	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 野菜スープ さつまいものマッシュ・麦茶	7倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ じゃがいものマッシュ・麦茶	煮込み肉野菜うどん バナナ 7倍粥・麦茶		

ひばりゆりかご保育園 1月の離乳食(前期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
保健センター事業 22日(火)1歳6ヶ月児健診 平成29年4~6月生まれ 太字は園行事です。	1	平成30年12月29日~平成31年1月3日まで冬休み		4	5
				つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 平常保育始まり 米 大豆 キャベツ にんじん 玉ねぎ	うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ 大根
7	8	9	10	11	12
つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ 米 豆腐 にんじん かぶ 玉ねぎ	つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 白身魚 にんじん 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー	つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 にんじん ほうれん草 大根	つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 米 白身魚 にんじん 大根 小松菜	うどんクタクタ煮 豆腐野菜煮 野菜スープ うどん 豆腐 にんじん 大根 白菜	つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ かぶ
14	15	16	17	18	19
成人の日 	つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 米 白身魚 にんじん キャベツ ほうれん草	お弁当 お弁当デー 	うどんクタクタ煮 白身魚野菜煮 野菜スープ うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ 小松菜	つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 避難訓練 米 豆腐 にんじん 玉ねぎ ほうれん草 大根	つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 キャベツ 玉ねぎ かぶ
21	22	23	24	25	26
つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 玉ねぎ キャベツ にんじん 大根	つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 にんじん 大根 キャベツ	お楽しみメニュー お誕生日会 	つぶし10倍粥 豆腐の野菜あんかけ 野菜スープ 米 豆腐 にんじん 玉ねぎ キャベツ かぶ	つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 玉ねぎ にんじん 大根 小松菜	うどんクタクタ煮 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ うどん 白身魚 にんじん 玉ねぎ 大根 白菜
28	29	30	31	1月になり、新しい年の始まりです。お節料理やお雑煮などのごちそうで、お腹が疲れやすくなっていませんか。ちょうどそんな時に食べるのが七草粥です。 元旦から7日目の朝に、万病・邪気をはらうために、7種の野菜を粥と共に煮込んだ七草粥を食べます。味付けは軽い塩味にします。卵などを入れると子どもにも食べやすくなりますよ。	
つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 キャベツ かぶ 玉ねぎ	つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 じゃがいも 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ	つぶし10倍粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ 米 白身魚 大根 にんじん 小松菜	うどんクタクタ煮 大豆野菜煮 野菜スープ うどん 大豆 にんじん 玉ねぎ キャベツ		