



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・・・508kcal たんぱく質・・・18.8g 太字 は園行事です。 細字は保健センター事業です。	胃腸をいたわり、冬休みを元気に過ごそう!! 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。		← 令和7年12月27日～令和8年1月4日まで冬休み →  		
5 ふりかけご飯 コロッケ キャベツのソテー スープ サブレ&おせんべい・M 平常保育始まり	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	7 わかめご飯 白身魚のみそ焼き 肉じゃが すまし汁 ホットサンド・M	8 ふりかけご飯 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	9 きつねうどん みかん クロワッサン・M	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
12 成人の日 	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	14 ふりかけご飯 ちくわの磯辺揚げ ひじき納豆 みそ汁 ドーナツ&おせんべい・M	15 ナポリタン ブロッコリーサラダ りんご スープ ホイップクリームパン・M	16 ご飯 カジキのおろし煮 ほうれん草の白和え みそ汁 ビスケット&おせんべい・M	17 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・M
19 ふりかけご飯 ポークビーンズ チーズサラダ スープ コーンフレーク・M	20 茶飯 マグロカツ 納豆サラダ みそ汁 チーズドック・M 避難訓練 	21 焼きそば コーンサラダ オレンジ スープ ホットドック・M	22 お弁当   おかし・M お弁当デー 1歳6ヶ月児健診 令和6年4月～6月生まれ	23 青菜ご飯 花シューマイ 切干煮 みそ汁 スイートポテト・M	24 ちゃんぽんうどん ゼリー おかし・M
26 五目うどん バナナ おにぎり・麦茶	27 お楽しみメニュー ケーキ・M お誕生日会 クラス集合写真  	28 ご飯 親子煮 わかめサラダ みそ汁 クッキー&おせんべい・M	29 ご飯 鮭のムニエル グリーンサラダ スープ 肉まん・M	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	31 わかめうどん バナナ おかし・M

Mは牛乳です。おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



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
 太字 は園行事です。 細字は保健センター事業です。	胃腸をいたわり、冬休みを元気に過ごそう!!  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。 		← 令和7年12月27日~令和8年1月4日まで冬休み →  		
5 ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ煮 キャベツのソテー スープ ビスケット&パピ-せんべい・麦茶 平常保育始まり	6 軟飯 豚肉ともやし炒め はるさめ野菜煮 スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	7 わかめご飯 白身魚のみそ焼き 肉じゃが すまし汁 チーズサンド・麦茶	8 ふりかけご飯 すき焼き風肉豆腐 キャベツの昆布和え みそ汁 焼きいも・麦茶	9 きつねうどん みかん すこやかロール・麦茶	10 ふりかけご飯 照り焼きチキン マカロニ野菜煮 スープ おかし・麦茶
12 成人の日 	13 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 ツナ野菜煮 みそ汁 じゃがいもマッシュ・麦茶	14 ふりかけご飯 白身魚の照り焼き ひじき納豆 みそ汁 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	15 ナポリタン 温野菜 りんご スープ きなこサンド・麦茶	16 軟飯 カジキのおろし煮 ほうれん草の白和え みそ汁 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	17 野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶
19 ふりかけご飯 ポークビーンズ チーズ野菜煮 スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	20 茶飯 マグロソテー 納豆野菜煮 みそ汁 チーズドック・麦茶 避難訓練 	21 五目ご飯 コーンのコンソメ煮 オレンジ スープ バナナ・麦茶	22 お弁当   お弁当デー 1歳6ヶ月児健診 令和6年4月~6月生まれ 保育参観Week	23 青菜ご飯 花シュウマイ 切干煮 みそ汁 スイートポテト・麦茶	24 ちゃんぽんうどん ゼリー おかし・麦茶
26 五目うどん バナナ おにぎり・麦茶	27 お楽しみメニュー ケーキ・麦茶 お誕生日会 クラス集合写真  	28 軟飯 親子煮 わかめの酢の物 みそ汁 ビスケット&パピ-せんべい・麦茶	29 軟飯 鮭のムニエル キャベツのコンソメ煮 スープ 肉まん・麦茶	30 ケチャップライス もやしのナムル チーズ スープ マカロニきなこ・麦茶	31 わかめうどん バナナ おかし・麦茶

おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



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
 太字 は園行事です。 細字は保健センター事業です。	胃腸をいたわり、冬休みを元気に過ごそう!!  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。 		← 令和7年12月27日～令和8年1月4日まで冬休み →  		
	5 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 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	6 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	7 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ お粥・麦茶	8 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 焼きいも・麦茶	9 煮込み野菜うどん みかん パン粥・麦茶
12 成人の日 	13 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ じゃがいもマッシュ・麦茶	14 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	15 7倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ きなこバナナ・麦茶	16 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	17 煮込み野菜たっぷりうどん バナナ おかし・麦茶
	19 7倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	20 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ お粥・麦茶 避難訓練 	21 7倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ バナナ・麦茶	22  お弁当  ビスケット&ベビーせんべい・麦茶 お弁当デー 1歳6ヶ月児健診 令和6年4月～6月生まれ	23 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ さつまいもマッシュ・麦茶
26 煮込み五目うどん バナナ お粥・麦茶	27 お楽しみメニュー ケーキ・麦茶 お誕生日会 クラス集合写真  	28 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	29 7倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 肉まん・麦茶	30 7倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ かぼちゃマッシュ・麦茶	31 煮込みわかめうどん バナナ おかし・麦茶

おやつにはヨーグルトもつきます。材料の都合により献立を変更することがあります。ひばりゆりかご保育園



ひばりゆりかご保育園 1月の離乳食(初期食)献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
保健センター事業 22(木)1歳6ヶ月児健診 令和6年4月~6月生まれ 太字 は園行事です。	胃腸をいたわり、冬休みを元気に過ごそう!! 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。		令和7年12月27日~令和8年1月4日まで冬休み 		
5 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 鶏ひき肉 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	6 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 キャベツ ブロッコリー	7 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 にんじん 玉ねぎ さつまいも	8 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 大根 かぼちゃ 玉ねぎ	9 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 かぼちゃ キャベツ ほうれん草	10 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 鶏ひき肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ
12 成人の日 	13 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 ジャがいも 鶏ひき肉 にんじん キャベツ	14 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 白身魚 玉ねぎ 大根 ブロッコリー	15 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 玉ねぎ さつまいも ほうれん草	16 つぶし10倍粥 大豆野菜煮 野菜スープ 米 大豆 玉ねぎ かぼちゃ にんじん	17 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 ブロッコリー
19 つぶし10倍粥 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ 米 鶏ひき肉 にんじん キャベツ かぼちゃ	20 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 避難訓練 米 さつまいも 白身魚 玉ねぎ ブロッコリー 大根	21 つぶし10倍粥 大豆魚野菜煮 野菜スープ 米 大豆 にんじん ほうれん草 ブロッコリー	22 お弁当 お弁当デー 	23 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 ジャがいも 豆腐 玉ねぎ ほうれん草	24 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 かぼちゃ
26 うどんクタクタ煮 大豆野菜煮 野菜スープ うどん 大豆 玉ねぎ にんじん ほうれん草	27 お楽しみメニュー 保育参観Week お誕生日会 クラス集合写真 	28 つぶし10倍粥 納豆野菜煮 野菜スープ 米 納豆 さつまいも 大根 キャベツ	29 つぶし10倍粥 豆腐野菜煮 野菜スープ 米 豆腐 かぼちゃ にんじん 玉ねぎ	30 つぶし10倍粥 白身魚野菜煮 野菜スープ 米 ジャがいも 白身魚 キャベツ ほうれん草	31 うどんクタクタ煮 鶏ひき肉野菜煮 野菜スープ うどん 鶏ひき肉 にんじん 玉ねぎ さつまいも