

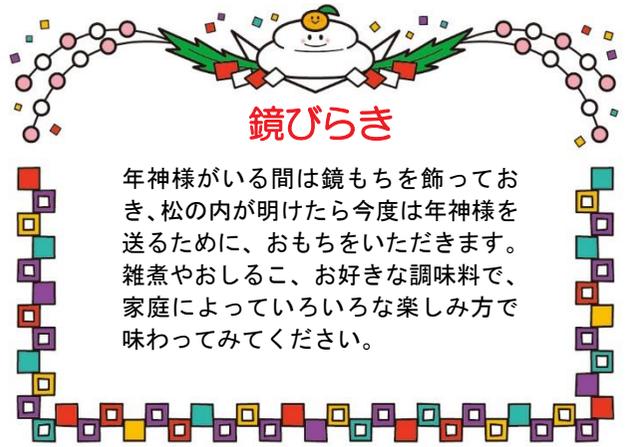
くじら認定こども園離乳食献立表【1月】

栄養士より

		主食	汁もの	おかず	15時おやつ
1	土			元日	
2	日				
3	月				
4	火			お弁当の日	せんべい
5	水	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、ブロッコリーあえもの、みかん	蒸しパン
6	木	おかゆ	すまし汁	とりとやさいの煮物、はくさいの煮物、フルーツヨーグルト	さつま芋の茶巾
7	金	七草がゆ	すまし汁	松風焼き、だいこんの煮物	いももち
8	土	おかゆ	すまし汁	やさいの煮物、ブロッコリー煮、フルーツ	せんべい
9	日				
10	月			成人の日	
11	火	おかゆ	すまし汁	さかな煮物、マカロニ煮、みかん	おかゆ
12	水	おかゆ	すまし汁	とうふのそぼろ煮、ブロッコリーの和え物	ジャムサンド
13	木	ばんがゆ	やさいスープ	とうふ団子煮、かぼちゃのサラダ、バナナ	おかゆ
14	金	おかゆ	やさいスープ	さかなの煮物、きゃべつの煮物、煮りんご	五平もち
15	土	おかゆ	すまし汁	やさいの煮物、かぼちゃ煮物	ビスケット
16	日				
17	月	おかゆ	煮込みうどん	さかなの煮物、ひじきと大豆の煮物、みかん	おかゆ
18	火	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、ゆでブロッコリー	せんべい
19	水	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、かぼちゃ煮物、ももゼリー	ホットケーキ
20	木	おかゆ	やさいスープ	とりの煮物、キャベツの煮物	おかゆ
21	金	ばんがゆ	ミネストローネ	さかなの煮物、きゅうりの和え物、バナナ	にんじんケーキ
22	土	おかゆ	すまし汁	やさいの煮物、さつま芋サラダ	せんべい
23	日				
24	月	おかゆ	すまし汁	とりの煮物、キャベツの和え物	きな粉マカロニ
25	火	おかゆ	やさいスープ	さかなのムニエル、ポテトサラダ、煮りんご	ボンデケーキ
26	水	おかゆ	すまし汁	レバーの煮物、やさいの煮物、バナナ	麩のラスク
27	木	おかゆ	すまし汁	肉じゃが、きゅうりの和え	蒸しパン
28	金	おかゆ	さつま汁	さかなの煮物、干し大根の煮物	煮りんご
29	土	おかゆ	コーンスープ	やさいの煮物、ヨーグルト	せんべい
30	日				
31	月	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、おでん風煮、みかん	ビーフン煮

☆毎月 19 日は食育の日。今月は中国地方の献立を提供します。

チキンチキンごぼうは山口県で生まれた給食メニューです。給食のメニューに何か新しいものをと家庭からメニューを募集し、とりごぼうの甘辛煮を子どもが喜ぶようにとチキンチキンごぼうと名づけられ応募があり採用されたそうです。給食だけでなく定食屋や家庭でも愛されているソウルフードになっています。岡山県の桃の栽培面積は全国 5 位ですが白桃や清水白桃をはじめとした栽培の主流となっている品種の大半は岡山がルーツです。お楽しみに。



年神様がいらっしゃる間は鏡もちを飾っておき、松の内が明けたら今度は年神様を送るために、おもちをいただきます。雑煮やおしるこ、お好きな調味料で、家庭によっていろいろな楽しみ方で味わってみてください。

☆都合により献立を変更する場合がございます