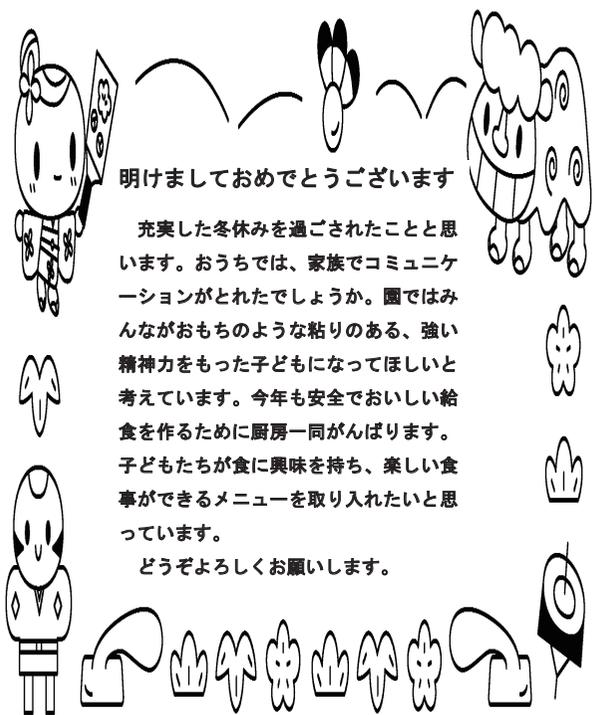


平成 26 年度 1 月 4 日 豊間根保育園



明けましておめでとうございます

充実した冬休みを過ごされたことと思います。おうちでは、家族でコミュニケーションがとれたでしょうか。園ではみんながおもちのような粘りのある、強い精神力をもった子どもになってほしいと考えています。今年も安全でおいしい給食を作るために厨房一同がんばります。子どもたちが食に興味を持ち、楽しい食事ができるメニューを取り入れたいと思っています。

どうぞよろしくをお願いします。

24日は誕生日会です。ご飯はいりません。おしぼり、箸セットをお願いします。

ヨきれいに持たせて下さい。変更する場合があります。ご了承ください

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	未満児 カロリー	以上児 カロリー
			全 園 児				
1	水						
2	木						
3	金						
4	土	ヨーグルト	スープスパゲティー・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
5	日						
6	月	牛乳・せんべい	肉じゃが・シルバーサラダ・ちくわの磯辺揚げ・味噌汁・果物		牛乳・ドーナツ	545	366
7	火	牛乳・クッキー	サバの黄金焼き・五目きんぴら・ほうれん草のごま和え・すまし汁・果物		牛乳☆ブルーベリーケーキ	601	429
8	水	牛乳・リッツ	豚肉の生姜焼き・ピーマンソテー・枝豆・味噌汁・果物		ゼリー・鉄入りウエハース	480	336
9	木	牛乳・サブレ	鮭フライ・五目大豆煮・もやしのゆかり和え・味噌汁・果物		牛乳☆メープルサンド	575	438
10	金	牛乳・えびせん	カレーライス・線レタス・唐揚げ・牛乳・果物☆みずき団子作り		☆そうめん汁	565	435
11	土	プリン	サンドイッチ・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
12	日						
13	月						
14	火	牛乳・ビスコ	鮭のレモン焼き・マカロニサラダ・青菜の板かま和え・味噌汁・果物		牛乳☆みたらし団子	522	372
15	水	牛乳・卵ボーロ	スコッチエッグ・三色コールスロー・トマト・味噌汁・果物		牛乳☆小倉蒸しパン	600	465
16	木	牛乳・ウエハース	擬製豆腐・春雨ソテー・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物		ヨーグルト・鉄入りウエハース	437	268
17	金	牛乳・甘食パン	サバのカレーあんかけ・しょうゆフレンチ・さつま芋のレモン煮・味噌汁・果物		牛乳・かりんとう	571	387
18	土	ゼリー	ちゃんぽんうどん・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
19	日						
20	月	牛乳・コーンフレーク	厚焼き卵・野菜の五目煮・南瓜煮・味噌汁・果物		牛乳・ミニチョコパン	585	464
21	火	牛乳・リッツ	タラの洋風焼き・青菜炒め・即席漬け・味噌汁・果物		牛乳☆さつま芋のガレット	536	352
22	水	牛乳・クッキー	鶏肉のマーマレード焼き・大豆サラダ・さつま芋の甘煮・味噌汁・果物		牛乳☆苺のパウンドケーキ	628	457
23	木	牛乳・せんべい	鮭の塩焼き・キャベツのごまサラダ・ジャーマンポテト・味噌汁・果物		牛乳☆きな粉マカロニ	536	353
24	金	ヨーグルト	誕 生 会		☆プリンアラモード	624	687
25	土	ゼリー	ハヤシライス・牛乳・果物		麦茶・お菓子		
26	日						
27	月	牛乳・ビスケット	サバの味噌煮・ごぼうサラダ・南瓜天・すまし汁・果物		牛乳☆シュガーラスク	545	408
28	火	牛乳・えびせん	チーズハンバーグ・スパゲティーサラダ・塩もみ野菜・味噌汁・果物		牛乳・バームクーヘン	537	374
29	水	牛乳・ビスコ	タラのアーモンド揚げ・じゃが芋の炒め煮・青菜のナムル・味噌汁・果物		牛乳☆抹茶のホットケーキ	561	421
30	木	牛乳・ブリッツ	豚肉のごまだれ焼き・スイートポテトサラダ・ブロッコリー炒め・味噌汁・果物		麦茶☆焼きおにぎり	542	418
31	金	牛乳・卵ボーロ	鶏肉のさっぱり焼き・千切り野菜の炒め煮・粉吹き芋・味噌汁・果物		牛乳☆フレークファッジ	540.	389

※以上児のカロリーは副食給食のみのカロリーとなっており、主食（ご飯）のカロリーは含まれていません。※「全園児午後のおやつ」の欄の☆印は手作りおやつの日です

※（参考）主食・ご飯 110g（目安量）のカロリーは 185kcal です。