



～今月のねらい～

寒さに負けない体を作る  
 食べることに自信を持つ  
 (自分の量を知る)  
 友だちや保育者と楽しい食事をする

幼保連携型認定こども園 やながせ保育園



～旬の食材～

ぶり わかさぎ たら 小松菜 水菜  
 春菊 ブロッコリー ごぼう  
 れんこん 白ねぎ いよかん



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
AM	4 牛乳 せんべい	5 ヨーグルト	6 牛乳 野菜せんべい	7 牛乳 くだもの	8 牛乳 ミルクスティック	9 牛乳 カリボテ
昼食	イタリアンスパゲティ ぶどうゼリー	豆乳チャウダー ひじきの炒め煮 ご飯	カレーライス 切干大根の煮物	姫路風おでん 揚大豆とじゃこのさっと煮 ご飯	筑前煮 ばち入りみそ汁 ご飯	チャンポン焼き くだもの
PM	ヨーグルト	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 胚芽スティック	牛乳 芋けんぴ	牛乳 クッキー
AM	11 祝日 成人の日	12 牛乳 くだもの	13 牛乳 小魚せんべい	14 牛乳 くだものゼリー	15 牛乳 あずきクラッカー	16 牛乳 コーン菓子
昼食		芋煮 マカロニサラダ ご飯	照り焼きチキン ご飯 ほうれん草の白和え 豚肉とかぶのスープ	播磨のめぐみ揚げ 黒豆の含め煮 野菜スープ ご飯	豆乳チャウダー ひじきの炒め煮 ご飯	カレーうどん くだもの
PM		牛乳 菓子パン	牛乳 ★おはぎ	スキムミルク せんべい	牛乳 バナナ	牛乳 ビスケット
AM	18 牛乳 ごぼうせんべい	19 牛乳 くだもの	20 牛乳 豆乳どーナつ	21 牛乳 くだものゼリー	22 牛乳 野菜せんべい	23 牛乳 幼児ビスケット
昼食	ぶりの照り焼き きゅうりこんぶ かす汁 ご飯	煮魚 ご飯 じゃがいもの甘辛揚げ 鶏肉と小松菜のみそ汁	納豆とじゃこの磯部揚げ ブロッコリーの塩昆布和え もずくスープ ご飯	すき焼き風煮 大根と昆布のサラダ ご飯	照り焼きチキン ご飯 ほうれん草の白和え 豚肉とかぶのスープ	チャンポン焼き くだもの
PM	牛乳 ★コロッケパン	スキムミルク カル鉄スティック	牛乳 ねじりん棒	牛乳 メロンパン	ほうじ茶 ★おにぎり(鶏そぼろ)	牛乳 プリン
AM	25 牛乳 海藻せんべい	26 牛乳 くだもの	27 牛乳 紫芋チップ	28 牛乳 くだもの	29 牛乳 せんべい	30 牛乳 カル鉄スティック
昼食	カレーライス きんぴらごぼう	カレーのゆずあんかけ ブロッコリーのおかか和え 畑のスープ ご飯	鯖フライ 三色和え パンプキンスープ ご飯	筑前煮 ばち入りみそ汁 ご飯	ぶりの照り焼き きゅうりこんぶ かす汁 ご飯	カレーうどん くだもの
PM	牛乳 ★ボンデケーキ	スキムミルク 菓子パン	カルピス 焼き菓子	牛乳 ★ごまとチーズのケーキ	スキムミルク パナナ	牛乳 せんべい
AM						
昼食						
PM						

★…手作りおやつ