







# 1月もみじの家献立カレンダー

		行事	主食	献立名		おやつ
1	水	年始休所 1/1~1/5		<b>【おせち料理】</b> おせちりょうりってしってる？ あたらしいとしをいわう うれしいりょうり みんなのねがいが こめられています		
2	木					
3	金					
4	土					
5	日					
				<b>【くりきんとん】</b> おかねがいっぱい たまりますように	<b>【たつくり】</b> おこめがたくさん みのりますように	<b>【くろまめ】</b> まめまめしく くらせますように
参考文献 福音館書店 こどものとも おせち						
6	月			ごはん 鶏肉の梅味噌焼き ひじきと切干大根の煮物 いんげんのごまネーズ和え 麩のみそ汁		おたのしみ 牛乳
7	火			食パン 豚肉の香草焼き 人参の甘煮 グリーンサラダ コーンクリームスープ		七草がゆ
8	水			ごはん 鮭の塩焼き ひきなირი (福島県) 小松菜とちくわの和え物 のりのすまし汁	 	●コーンフレーククッキー 牛乳
9	木			塩麩鶏丼 ●キャベツの山くらげ和え 果物	 	★●おさつチップス 牛乳
10	金			麦ごはん 肉豆腐 かぼちゃの甘煮 豆苗とわかめの酢の物 長ねぎのみそ汁		うどんのトマト煮
11	土					
12	日					
13	月	成人の日				
14	火			赤米ごはん ●青のり風味唐揚げ 栗きんとん(おせち料理) 紅白なます (おせち料理) すまし汁 果物		フルーツブッセ 牛乳
15	水	2歳6か月児歯科健診 		ごはん 魚のねぎソースかけ 卵の花 水菜とキャベツのごま和え えのきのみそ汁		米粉のチヂミ
16	木			蒜山おこわ(岡山県) ふろふき大根〜柚子味噌かけ ～ けんちん汁 果物		★マーラカオ 牛乳

17	金	育児相談 	 雑穀ごはん ふくさ焼き ●黒豆（おせち料理） ブロッコリーのしらす和え 豚汁		照り焼きチキントースト 牛乳
18	土				
19	日				
20	月		 ごはん 厚揚げと鶏肉のひじき煮 ●ちくわの磯辺焼き 小松菜のおかか和え 納豆汁	 	おたのしみ 牛乳
21	火	1歳6か月児健康診査 	 コッペパン ポークピカタ カリフラワーとブロッコリーの オイスターソース炒め キャロットサラダ あさりのチャウダー	 	●揚げびっぴ（香川県） 牛乳
22	水		 ごはん 鯖のみそ煮 太根と平天の煮物 水菜とえのきのポン酢和え かみなり汁		ぜんざい
23	木	3歳児健康診査 	 ハヤシライス フレンチサラダ(セロリ入り) 果物	 	●野菜クラッカー 牛乳
24	金		 もち麦ごはん ●ししゃもの素焼き 肉じゃが もずくの酢の物 豆腐のみそ汁		★きな粉揚げパン 牛乳
25	土				
26	日				
27	月		 ごはん 豚肉と白菜のくたくた煮 ●田作り（おせち料理） ●はりはり漬け なめこの赤だし	 	おたのしみ
28	火	夕食モリモリデー 	 食パン 鶏肉のコーンフレーク焼き チンゲン菜としめじのソテー ビーファンサラダ 冬野菜の和風ポトフ		肉味噌おにぎり
29	水		 ごはん さごしの塩焼き かぶのそぼろ煮 小松菜の梅昆布和え 高野豆腐のみそ汁		★生クリームスコーン 牛乳
30	木	乳児健康診査 	 チャーハン 大豆もやしのナムル ワンタンスープ 果物		野菜の磯辺焼き 牛乳
31	金		 麦ごはん ●豚肉とごぼうの甘辛揚げ 粉ふき芋 マカロニサラダ チンゲン菜とえのきのスープ	 	国産レモンのラスク 牛乳

ごはんの日   
 パンの日   
 赤磐市保健行事   
 新メニュー ★

夕食モリモリデー   
 旬の食材(下載)   
 かみかみメニュー( ) 

\*食材などの都合により献立を変更することがあります