





# 1月離乳食献立



(後期食)

令和7年1月6日

東部保育園

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
白菜、かぶ、ブロッコリー、大根、長ねぎ、ほうれん草、小松菜、たら、わかさぎ、ぼんかん、春菊、みかん、ゆず、水菜、カリフラワーなど 		1 年始休園 	2 年始休園 	3 年始休園 
6 ふわふわ丼 さつまいもサラダ スティック野菜煮 白菜のみそ汁	7 ごはん 白身魚のあんかけ煮 ほうれん草の白和え スティック野菜煮 ほうとう風汁	8 七草がゆ 鶏つくね かぶの煮物 スティック野菜煮	9 ごはん 白身魚の煮付け 春菊のお浸し スティック野菜煮 玉ねぎのすまし汁	10 ふりかけごはん 白身魚の野菜あんかけ 納豆和え スティック野菜煮 ごぼうのポターシュ
13  <b>成人の日</b>	14 ごはん ささみのあんかけ煮 きゃべつの和え物 スティック野菜煮 豆腐のみそ汁	15 ごはん 白身魚の煮付け おからサラダ スティック野菜煮 大根のみそ汁	16 ごはん おからハンバーグ 春雨サラダ じゃがいも煮 かぶのみそ汁	17 ごはん 鶏だんご ほうれん草サラダ スティック野菜煮 里芋のみそ汁
20 ごはん 白身魚のおろし煮 ひじきサラダ スティック野菜煮 豆腐のみそ汁	21 ごはん ささみのあんかけ煮 マカロニサラダ スティック野菜煮 大根の葉スープ	22 食パン 鮭の煮付け 小松菜のお浸し じゃがいも煮 豆腐のスープ	23 ごはん ささみの磯辺煮 きゅうりの煮物 かぼちゃ煮 玉ねぎのみそ汁	24 ごはん 白菜入り鶏だんご ブロッコリーサラダ スティック野菜煮 豆腐のみそ汁
27 煮込みうどん きゅうりの煮物 スティック野菜煮	28 ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ スティック野菜煮 かぶのみそ汁	29 ごはん 高野豆腐の煮物 きゃべつの和え物 スティック野菜煮 麩のみそ汁	30 納豆ごはん 白身魚の煮付け まごはやさしいサラダ スティック野菜煮 さつまいのみそ汁	31 鶏そぼろ丼 カリフラワーの和え物 スティック野菜煮 白菜のみそ汁

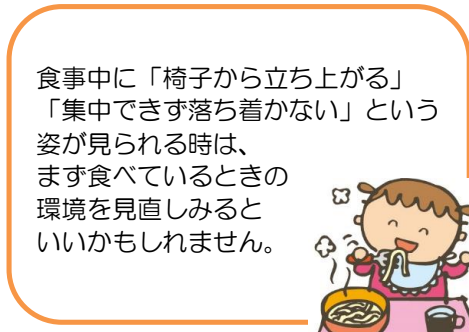


## あけましておめでとうございます



今年も、子どもたちにとっておいしく安心して食べられる給食を作っていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

## 正しい姿勢で食べていますか??



※食材、行事等で献立を変更することがあります。  
 ※献立表は東部保育園HPにも掲載してあります。