

# 1 月 給 食 献 立 表

幼保連携型認定こども園 呉第一こども園

1 5 才	4・18 (月)	5・19 (火)	6 (水)・26 (火)	7 (木)・20 (水)
	カレー フルーツヨーグルトサラダ ご飯 ミルク 菓子	切干し大根の卵焼き トマト 豚汁 ご飯 りんご ミルク 菓子	魚のごま焼きサクサク トマト そぼろ煮 ご飯 バナナ 麦茶 ヨーグルト	豚と豆腐のみそ炊き 春雨の酢の物 ご飯 パイン缶 ミルク 菓子/カップケーキ
中 期	豆腐の煮付 野菜のやわらか煮 やわらか粥 ミルク 果汁	豆腐の煮付 みそ汁 トマトの煮びたし やわらか粥 ミルク 果汁	白身魚のやわらか煮 野菜のやわらか煮 トマト やわらか粥 ミルク 果汁	豆腐と野菜の煮付 きゅうりのくず煮 やわらか粥 ミルク 果汁
	1 5 才	8・22 (金)	9・23 (土)	12 (火)・25 (月)
中 期	エビボール 粉ふき芋 小松菜のおかか和え ご飯 みかん ミルク 菓子	親子うどん さつま芋のグラッセ バナナ ミルク 菓子	レモンチキン ボイルキャ ベツ かぼちゃのスープ ご飯 りんご ミルク 菓子	ふわふわ豆腐ナゲット 大根とツナの酢の物 レタス ご飯 バナナ ミルク 菓子
	白身魚の煮付 ジャガ芋の マッシュ 小松菜の煮びた し やわらか粥 ミルク 果汁	うどんのやわらか煮 豆腐の煮付 さつま芋の甘煮 ミルク 果汁	レバーペースト キャベツ の煮びたし かぼちゃのス ープ やわらか粥 ミルク 果汁	豆腐のくず煮 大根の煮付 きゅうりのくず煮 やわらか粥 ミルク 果汁
1 5 才	21 (木) 誕生会	14・28 (木)	15・29 (金)	16・30 (土)
中 期	煮込みハンバーグ レタス トマト マカロニサラダ ご飯 オレンジ キウイ ミルク 菓子	フーヨーハイ さつま芋のサラダ ご飯 オレンジ ミルク 菓子/ジャムサンド	さけの照り焼き トマト 五目さんぴら ご飯 パイン缶 ヤクルト 菓子	ポークビーンズ ほうれん草のしらす和え ご飯 バナナ ミルク 菓子
	人参のやわらか粥 白身魚 の野菜煮 きゅうりのくず 煮 野菜のやわらか煮 ミルク 果汁	豆腐のあんかけ さつま芋の甘煮 やわらか粥 ミルク 果汁	白身魚のやわらか煮 ジャ ガ芋と人参のやわらか煮 トマト やわらか粥 ミルク 果汁	豆腐入り野菜のやわらか煮 ほうれん草の煮びたし やわらか粥 ミルク 果汁

- 登園では園児達の発育成長の促進と生活習慣病予防に配慮して、食材の味を生かした減塩、昆布・煮干・鰹節等による薄味の味付け調理をしています。
- おやつは、塩分・糖分の少ない菓子類、骨ごと食べる小魚手作りおやつ、ヨーグルト、乳酸飲料を取り入れています。

- デザートは、旬の時期や鮮度等により調整します。
- 3才未満児は、9:30 と 3:00、幼児は 3:00 におやつを食べます。
- 離乳食中期の主食はやわらか粥です。



5才児絵画作品の展示 (2回目)

※11月に見学した「瀬戸内観光列車」の絵画をJR呉駅構内に展示しました。  
ご家族でご覧ください。

感染防止対策を徹底して、  
この新型コロナウイルスを  
みんな元気で乗り越えましょう。

**手洗い励行**  
外出先から戻ったら、  
しっかり手洗いを

**マスク着用**  
人混みやバス、電車内  
ではマスク着用を

**免疫力増進**  
適切な睡眠、食事、運動  
で免疫力増進を

**適度な換気**  
家庭や職場では適度  
に窓を開けて換気を

出典：西日本新聞 2/11(火)