

2024年1月

クルミ

献立に不使用

予定献立表・幼児食
【クルミアレルギー対応】

ハッピーちゃんど保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土			
日	21	22	23	24	25	26	日	27	28	29	30	31	2			
おやつ	明けましておめでとうございます 新たな一年が始まりました。						おやつ	明けましておめでとうございます 新たな一年が始まりました。								
昼食	子どもたちの元気な声と、キラキラ輝く笑顔がクラスに広がります。 ところで、寒い季節にぴったりの食べ物の一つに、鍋物があります。 鍋物は、身体が温まり、野菜類をたっぷり食べることができる優れた日本の食文化です。また、家族で一緒に食べることでよりおいしく感じることができます。バランスの良い食事を食べることで、寒い冬を元気に過ごしたいものです。						昼食	子どもたちの元気な声と、キラキラ輝く笑顔がクラスに広がります。 ところで、寒い季節にぴったりの食べ物の一つに、鍋物があります。 鍋物は、身体が温まり、野菜類をたっぷり食べることができる優れた日本の食文化です。また、家族で一緒に食べることでよりおいしく感じることができます。バランスの良い食事を食べることで、寒い冬を元気に過ごしたいものです。								
主要食材	米・鶏肉・大根・人参・椎茸・いんげん さつまいも・胡瓜・玉ねぎ・ねぎ・味噌						主要食材	米・鶏肉・大根・人参・椎茸・いんげん さつまいも・胡瓜・玉ねぎ・ねぎ・味噌								
おやつ	新しい年を迎え、気持ちも新たに最後の学期が始まりました。 今年も子どもたちの健康を考えながら、おいしく・楽しく食べられる給食を作っていきますので、よろしくお願いいたします。 また、みなさまにとってよりよい年になりますようお願いしております。						おやつ	新しい年を迎え、気持ちも新たに最後の学期が始まりました。 今年も子どもたちの健康を考えながら、おいしく・楽しく食べられる給食を作っていきますので、よろしくお願いいたします。 また、みなさまにとってよりよい年になりますようお願いしております。								
主要食材	米・鶏肉・大根・人参・椎茸・いんげん さつまいも・胡瓜・玉ねぎ・ねぎ・味噌						主要食材	米・鶏肉・大根・人参・椎茸・いんげん さつまいも・胡瓜・玉ねぎ・ねぎ・味噌								
エネルギー	1人あたり 508.0 kcal						エネルギー	1人あたり 508.0 kcal								
たんぱく質	17.6 g						たんぱく質	17.6 g								
脂質	515.0 kcal						脂質	515.0 kcal								
糖質	19.4 g						糖質	19.4 g								
日	8	9	10	11	12	13	日	29	30	31	新しい年がスタートしました！ 手洗いやうがいをして、しっかりとご飯を食べて丈夫な体を作ってください。新年の食べ物といえば、お雑煮や七草を思い浮かべる方も多いかもしれませんが、旬の食材の楽しみながら、今年一年元気に過ごしたいと思います。					
おやつ	お菓子						おやつ	お菓子								
昼食	豆腐ドライカレー 和風サラダ フルーツ スープ						昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ								
主要食材	米・鶏肉・豆腐・人参・ピーマン 豆乳・カレー粉・キャベツ・ツナ缶 胡瓜・酢・フルーツ						主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌								
おやつ	煮りんご・ヨーグルトがけ 牛乳						おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳								
主要食材	米・りんご・ヨーグルト・牛乳						主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖								
エネルギー	1人あたり 492.0 kcal						エネルギー	1人あたり 492.0 kcal								
たんぱく質	18.1 g						たんぱく質	18.1 g								
脂質	553.0 kcal						脂質	553.0 kcal								
糖質	22.2 g						糖質	22.2 g								
日	15	16	17	18	19	20	日	ノロウイルスについて 《どうやって感染するの？どんな症状？》 ごく少量でも口から体の中に入ることによって感染します。感染してから1日～2日で下痢、吐き気、腹痛などの症状が出ます。通常は2～3日で治りますが、子どもや抵抗力の弱い人がかかると、重症になることがあります。体調の悪い時は、早めに病院で診察を受けましょう。 《どんなことに気を付ければいいのか？》 1. しっかりと手洗いをしましょう！ 食事前、調理前、トイレの後、石けんをよく泡立てて洗い、流水でよく流しましょう。 2. 十分に加熱して食べましょう！ 二枚貝は、十分に加熱してから食べるようにしましょう。果物や野菜も水を2～3回変えて洗いましょう。 3. 食器や調理器具もよく洗いましょう！ 食器や調理器具は使ったあとよく洗いましょう。煮沸や塩素消毒も効果的です。 ●マヨネーズは必ず不使用のものを使用しております。 ●ホットケーキミックス・カレーうどん・シチューは必ず・乳製品不使用のものを使用しております。 ●果物汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。 ●りんごは、産地直送品または加熱したものを提供しています。 ※例、天候等の都合により食材に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。								
おやつ	お菓子						おやつ	お菓子								
昼食	ごはん 豚肉の生姜焼 もやしのお和え物 味噌汁						昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ								
主要食材	米・鶏肉・しょうが汁・玉ねぎ トマト・もやし・胡瓜・人参・味噌						主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌								
おやつ	◆お楽しみおやつ 牛乳						おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳								
主要食材	米・牛乳						主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖								
エネルギー	1人あたり 460.0 kcal						エネルギー	1人あたり 492.0 kcal								
たんぱく質	20.7 g						たんぱく質	18.1 g								
脂質	505.0 kcal						脂質	553.0 kcal								
糖質	22.9 g						糖質	24.7 g								
日	21	22	23	24	25	26	日	27	28	29	30	31	2			
おやつ	お菓子						おやつ	お菓子								
昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ 大根のナムル 味噌汁						昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ 大根のナムル 味噌汁								
主要食材	米・鶏肉・大根・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌						主要食材	米・鶏肉・大根・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌								
おやつ	みそ蒸しパン 牛乳						おやつ	じゃがもち 牛乳								
主要食材	米・ホットケーキミックス・豆乳 りんご						主要食材	米・じゃが芋・片栗粉 豆乳								
エネルギー	1人あたり 504.0 kcal						エネルギー	1人あたり 515.0 kcal								
たんぱく質	14.2 g						たんぱく質	19.4 g								
脂質	562.0 kcal						脂質	529.0 kcal								
糖質	16.4 g						たんぱく質	21.3 g								
日	29	30	31	新しい年がスタートしました！ 手洗いやうがいをして、しっかりとご飯を食べて丈夫な体を作ってください。新年の食べ物といえば、お雑煮や七草を思い浮かべる方も多いかもしれませんが、旬の食材の楽しみながら、今年一年元気に過ごしたいと思います。			日	27	28	29	30	31	2			
おやつ	お菓子						おやつ	お菓子								
昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ						昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ								
主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌						主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌								
おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳						おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳								
主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖						主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖								
エネルギー	1人あたり 498.0 kcal						エネルギー	1人あたり 492.0 kcal								
たんぱく質	22.5 g						たんぱく質	18.0 g								
脂質	531.0 kcal						脂質	525.0 kcal								
糖質	24.7 g						たんぱく質	21.5 g								
日	29	30	31	新しい年がスタートしました！ 手洗いやうがいをして、しっかりとご飯を食べて丈夫な体を作ってください。新年の食べ物といえば、お雑煮や七草を思い浮かべる方も多いかもしれませんが、旬の食材の楽しみながら、今年一年元気に過ごしたいと思います。			日	27	28	29	30	31	2			
おやつ	お菓子						おやつ	お菓子								
昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ						昼食	ごはん 鶏肉の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ								
主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌						主要食材	米・鶏肉・鶏肉・人参・キャベツ 豆乳・白菜・キャベツ・人参 トマト・胡瓜・人参・ひじき・味噌								
おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳						おやつ	きな粉フレンチトースト 牛乳								
主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖					主要食材	米・きな粉・小麦粉・マーガリン・きな粉 牛乳・砂糖									