



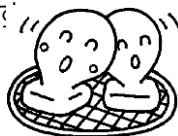
2023年度

かすが保育園
いちご保育室

日	曜	9時おやつ	主食	副食	3時おやつ	6時おやつ
4	木	麦茶 Caせんべい	パン パン・オレ	鶏団子スープ さつまいもサラダ チーズ	麦茶 エビチップ 煮干し	麦茶 ビスコ
5	金	麦茶 アスパラビスケット	カレーうどん	さつまいものきんぴら 小松菜サラダ	麦茶 七草がゆ	麦茶 クッキー
6	土	麦茶 ウェハース	豚丼	キャベツとわかめのチョレギサラダ みそ汁	麦茶 動物ビスケット	麦茶 ゼリー
9	火	牛乳 クラッカー	大麦ひじきごはん	野菜の五目煮 じゃがいもの磯和え すまし汁	牛乳 マヨコーントースト	麦茶 せんべい
10	水	ヨーグルト	パン クラムファイン	豚肉のパン粉焼き ツナコーンサラダ スープ	麦茶 みかん さつまいもチップス	牛乳 ビスケット
11	木	牛乳 エビチップ	麦ごはん	麻婆豆腐 棒棒鶏サラダ 中華スープ	牛乳 ほうれん草カップケーキ	麦茶 チーズ りんごチップス
12	金	牛乳 クッキー	ごはん	鮭の塩焼き 切り干し大根とちくわの煮物 みそ汁	麦茶 野菜ビスケット	牛乳 プリオッシュ・プール
13	土	牛乳 ビスコ	ドライカレー	ブロッコリーとエビのサラダ パナナ	牛乳 Caせんべい	麦茶 アスパラビスケット
15	月	牛乳 せんべい	煮込みうどん	白身魚のマヨネーズ焼き なめだけ和え	牛乳 クラッカー	麦茶 ウェハース
16	火	ヨーグルト	ごはん	野菜のそぼろ煮 納豆和え みそ汁	麦茶 肉まん	牛乳 ビスケット
17	水	牛乳 ミルクビスケット	パン デュラムファイン	鶏肉のイタリアンソースがけ かぼちゃサラダ スープ	牛乳 クッキー	麦茶 わかめごはん
18	木	牛乳 バナナ	麦ごはん	豚肉の塩だれ炒め 人参サラダ すまし汁	麦茶 白玉きなこ	牛乳 マフィン
19	金	牛乳 干し芋	ごはん	鶏のから揚げ 春雨サラダ 大根のみそ汁	牛乳 ブルーベリージャムサンド	麦茶 せんべい
20	土	牛乳 エビチップ	パン バークル	洋風おでん マカロニサラダ パナナ	麦茶 おにぎり	牛乳 さつまいもチップス
22	月	牛乳 ウェハース	麦ごはん	さばの味噌煮 じゃがいものごま和え けんちん汁	麦茶 キャロットおからクッキー	牛乳 アスパラビスケット
23	火	ヨーグルト	パン プティボワン	豆乳コロッケ カリフラワー入りチキンサラダ スープ	牛乳 スイートポテト	麦茶 大豆ふりかけごはん
24	水	牛乳 クラッカー	ごはん	鶏肉のねぎ塩焼き 和風サラダ みそ汁	麦茶 じゃがいものチーズ焼き	牛乳 バナナ
25	木	チーズ りんごチップス	ゆかりごはん	肉豆腐 もやしのカレーサラダ すまし汁	★誕生会おやつ★	麦茶 ひじきビスケット
26	金	牛乳 クッキー	ミートソース スパゲッティ	フレンチサラダ みかん 牛乳	麦茶 せんべい	麦茶 ビスコ
27	土	牛乳 ビスケット	麻婆丼	もやしと水菜の和え物 中華スープ	牛乳 干し芋	麦茶 エビチップ
29	月	牛乳 せんべい	パン ライスファイン	肉団子スープ 緑黄色野菜のゴロゴロサラダ いちご	麦茶 おにぎりの日	牛乳 ウェハース
30	火	牛乳 オレンジ	麦ごはん	豚肉のすき焼き風 ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 アメリカンドッグ	麦茶 クラッカー
31	水	牛乳 ビスコ	ごはん	さわらの幽庵焼き 中華風サラダ すまし汁	麦茶 ヨーグルト	牛乳 クッキー

【覚えてみよう！ ～春の七草～】

1月7日は七草の日です。七草とは、「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ」の7種類の草(野菜)のことです。この野菜の入ったおかゆを食べて、1年の無病息災を願います。七草粥は消化が良く、体も温まります！
お正月で疲れた胃腸をいたわりましょう。



園では、1月5日(金)にみんなで食べます！

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願い致します

