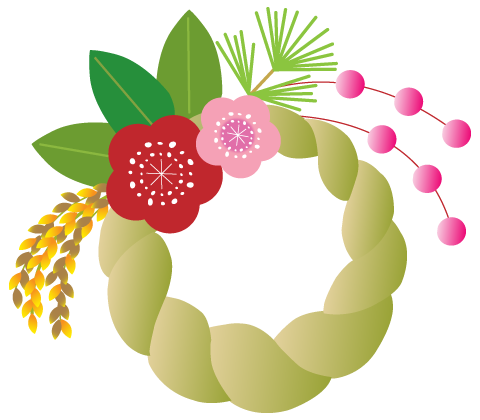
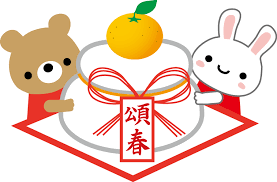


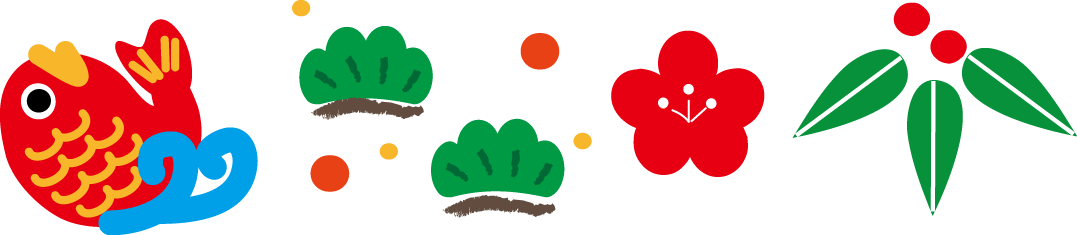
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 | ６（月） | ７（火） | ８（水） | ９（木） | **１０（金）** |
| 昼食 | ごはん  マーマレードチキン  おかか和え  プチトマト  キャベツスープ　みかん | スパゲティナポリタン  りんごサラダ  にんじんともやしのナムル  ブロッコリースープ  バナナ | ごはん  豆腐ハンバーグ  キャベツとツナのサラダ  トマト  えのき入り豚肉スープ　りんご | ごはん  豆腐とはんぺんのふわふわ焼き  ポパイサラダ  もやしときゅうりのごま酢和え  野菜入りわかめスープ　　バナナ | ロールパン  かぼちゃのシチュー  小松菜とひじきのサラダ  トマト  キウイ |
| 午後 | 牛乳　ぽたぽた焼き | 牛乳　星たべよ | 牛乳　まがりせんべい | 牛乳　あんぱんまんせんべい | 牛乳　かっぱえびせん |
| エネルギー | ５１４Kcal | ５３５Kcal | ５５３Kcal | ４８８Kcal | ５０９Kcal |
| 日 | **１３（月）** | **１４（火）** | **１５（水）** | **１６（木）** | **１７（金）お楽しみ会** |
| 昼食 |  | ごはん  魚のピカタ  白菜のごま酢和え  サラスパサラダ  若布のスープ　バナナ | ごはん  豚肉のアスパラ炒め  コールスローサラダ  　　 　鶏肉と若布のスープ  トマト　キウイ | お弁当  （業者に発注します）  ヨシオカ弁当様 | そぼろちらし寿司  つくね焼き  ブロッコリーのじゃこ和え　トマト  しいたけとえのきの野菜スープ  りんご |
| 午後 |  | 牛乳　雪の宿 | 牛乳　エントリー | スタミン　チョイス | 牛乳　ベジたべる |
| エネルギー | Ｋｃａｌ | ５２１Ｋｃａｌ | ５０５Kcal | １１３Kcal | ６２５Kcal |
| 日 | **２０（月）** | **２１（火）** | **２２（水）** | **２３（木）** | **２４（金）** |
| 昼食 | ごはん  豚肉の生姜焼き  れんこんのごまネーズ和え  プチトマト  キャベツの野菜スープ　みかん | ごはん  怪獣揚げ  大根の酢の物  ひじきサラダ  白菜としめじの豆乳スープ　バナナ | ごはん  豆腐団子のケチャップ煮  キャベツとツナのマヨサラダ  プチトマト  油揚げと若布の味噌汁　りんご | ごはん  魚のごまマヨ焼き  ほうれん草とコーンのツナ和え  かぼちゃサラダ  ベーコンチャウダー　バナナ | ごはん  韓国風焼き鳥  五色和え  　　アスパラの味噌汁  　　トマト　みかん |
| 午後 | 牛乳　たべっ子どうぶつ | 牛乳　サラダ薄焼き | 牛乳　源氏パイ | 牛乳　こつぶっこ | 牛乳　ぱりんこ |
| エネルギー | ５６７Kcal | ５６７Kcal | ５２６Kcal | ６４１Kcal | ４８３Kcal |
| 日 | **２７（月）** | **２８（火）** | **２９（水）** | **３０（木）** | **３１（金）** |
| 昼食 | ごはん  プルコギ炒め  切干大根のナムル  プチトマト  豆腐の味噌汁　キウイ | ごはん  鯖とトマトのチーズ焼き  ボイルかぼちゃ  もやしと油揚げの中華和え  かぶとチキンのスープ　バナナ | ごはん  ポパイレバー  さつま芋のサラダ  トマト  春雨スープ　りんご | カレーライス  ちりめんサラダ  カラフルピーマン炒め  バナナ | ごはん  手作りナゲット  ハムサラダ  トマト  白菜のクリームスープ　みかん |
| 午後 | 牛乳　とんがりコーン | 牛乳　アスパラガスビスケット | 牛乳　源氏パイ | 牛乳　キャラメルコーン | 牛乳　ミニドーナツ |
| エネルギー | ４７７Kcal | ５１５Kcal | ６７４Kcal | ５６３Kcal | ６２７Kcal |
| 日 |  |  |  |  |  |
| 昼食 |  |  |  |  |  |
| 午後 |  |  |  |  |  |
| エネルギー | Kcal |  |  |  |  |

児童発達支援センター伊予くじら

1月の予定献立表











成人の日