



よていこんだてひょう



たっこんどもえん 以上児

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
5	6	7	8	9	10
チキンカレーシチュー 福神和え ヨーグルト	きのこスープ 肉団子 春雨サラダ オレンジ	七草風すまし汁 ナスの味噌炒め ゼリー	肉豆腐 きゅうりとカニカマの和え物 オレンジ	ニラ玉スープ タラのトマトチーズ焼き 白菜とごまのサラダ ヨーグルト	希望保育
せんべい・麦茶	お麩のラスク・牛乳	きな粉サンド・麦茶	アップルケーキ・牛乳	クッキー・麦茶	
12	13	14	15	16	17
			おにぎりの日△・みず木団子作り		
成人の日 	ほうれん草のみそ汁 鮭のハンバーグ キャベツのごま和え ゼリー	かぶのスープ 鶏の照り煮 ポテトサラダ パイナップル	せんべい汁 ちくわの磯辺揚げ みかん	キャベツとえのきのみそ汁 炒り豆腐 ヨーグルト	パン 麦茶
	ビスケット・麦茶	抹茶ケーキ・牛乳	カレートースト・牛乳	せんべい・麦茶	
19	20	21	22	23	24
		誕生会△			
コーンポタージュ ウインナー ブロッコリーのサラダ ゼリー	わかめのみそ汁 肉じゃが オレンジ	ケチャップライス コンソメスープ 塩レモンチキン マカロニサラダ アイス	ワタンスープ 回鍋肉 オレンジ	若竹汁 メンチカツ 切干大根の炒め煮 ヨーグルト	希望保育
クッキー・牛乳	あんぱん・牛乳	ショートケーキ風・麦茶	フライドポテト・牛乳	ビスケット・麦茶	
26	27	28	29	30	31
さつま芋のみそ汁 ぎせい豆腐 納豆和え ゼリー	親子煮 ニラともやしのナムル みかん	お麩のみそ汁 えび焼売 キャベツのなめたけ和え ヨーグルト	白菜と卵のスープ 生揚げのカレーそぼろ煮 オレンジ	なめこ汁 赤魚のごま焼き ひじきサラダ ゼリー	中華丼 ヨーグルト 麦茶
せんべい・麦茶	いちごケーキ・牛乳	クッキー・麦茶	なべやき・牛乳	ビスケット・麦茶	



1月の予定栄養摂取量

エネルギー 437kcal
タンパク質 21.8g
脂 質 17.7g
塩 分 1.9g



1月の行事予定

15日(木) みず木団子作り

おにぎりの日△

※お家からのおにぎりをお願いします。

21日(水) お誕生会△

※お家からの
ご飯はいりません。





よていこんだてひょう



たっこんどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			年始休み	年始休み	年始休み
					
5	6	7	8	9	10
クラッカー	ポーロ	せんべい	ビスケット	クラッカー	希望保育 
ごはん チキンのカレーシチュー 福神和え ヨーグルト	ごはん きのこスープ 肉団子 春雨サラダ オレンジ	ごはん 七草風すまし汁 ナスの味噌炒め ゼリー	ごはん 肉豆腐 きゅうりとカニカマの和え物 オレンジ	ごはん ニラ玉スープ タラのトマトチーズ焼き 白菜とごまのサラダ ヨーグルト	
せんべい・麦茶	お麩のラスク・牛乳	きな粉サンド・麦茶	アップルケーキ・牛乳	クッキー・麦茶	
12	13	14	15	16	17
成人の日 	ポーロ	せんべい	ビスケット	クラッカー	ポーロ
	ごはん ほうれん草のみそ汁 鮭のハンバーグ キャベツのごま和え ゼリー	ごはん かぶのスープ 鶏の照り煮 ポテトサラダ パイナップル	おにぎり せんべい汁 ちくわの磯辺揚げ みかん	ごはん キャベツとえのきのみそ汁 炒り豆腐 ヨーグルト	パン 麦茶
	ビスケット・麦茶	抹茶ケーキ・牛乳	カレーtoast・牛乳	せんべい・麦茶	
19	20	21	22	23	24
せんべい	ビスケット	クラッカー	ポーロ	せんべい	希望保育 
ごはん コーンポタージュ ウインナー ブロッコリーのサラダ ゼリー	ごはん わかめのみそ汁 肉じゃが オレンジ	ケチャップライス コンソメスープ 塩レモンチキン マカロニサラダ アイス	ごはん ワンタンスープ 回鍋肉 オレンジ	ごはん 若竹汁 メンチカツ 切干大根の炒め煮 ヨーグルト	
クッキー・牛乳	あんぱん・牛乳	ショートケーキ風・麦茶	フライドポテト・牛乳	ビスケット・麦茶	
26	27	28	29	30	31
ビスケット	クラッカー	ポーロ	せんべい	クラッカー	ポーロ
ごはん さつま芋のみそ汁 ぎせい豆腐 納豆和え ゼリー	ごはん 親子煮 ニラともやしのナムル みかん	ごはん お麩のみそ汁 えび焼売 キャベツのなめたけ和え ヨーグルト	ごはん 白菜と卵のスープ 生揚げのカレーそば煮 オレンジ	ごはん なめこ汁 赤魚のごま焼き ひじきサラダ ゼリー	中華丼 ヨーグルト 麦茶
せんべい・麦茶	いちごケーキ・牛乳	クッキー・麦茶	なべやき・牛乳	ビスケット・麦茶	

1月の予定栄養摂取量

エネルギー	510kcal
タンパク質	21.3g
脂 質	16.4g
塩 分	1.6g



水分補給、虫歯予防に
麦茶が出ています。



ヤッホークラブだより No.102

立根こども園 1月

新年あけましておめでとうございます 🎊

今年も子供達にたくさんの幸せが訪れますよう、心からお祈り申し上げます。

○12月9日にさくら組さんと『ヤッホーカレー作り』を行いました♪じゃがいも、にんじん、玉ねぎグループに分かれて行いました。みんな猫の手を意識して慎重に切っていましたよ。これをきっかけにお家でも子ども達と一緒にカレーを作ってみてはいかがでしょうか？きっと張り切ってお手伝いしてくれるはずですよ♪



『たまねぎグループ』



『じゃがいもグループ』



『にんじんグループ』



○12月16日にさくら組さんと『ヤッホーケーキ作り』を行いました♪1人1つのスポンジケーキに生クリームを塗り、絞り、イチゴとミカンでデコレーションしました。さくら組さんが作ってくれたケーキは、午後のおやつに頂きました(^_^♪どのクラスも「さくらさんのケーキ、おいしかった〜♡」などなど大好評でした！



クリームめいめい〜♪



果物をのせて☆



おやつで食べました 😊