

2023年1月

アーモンド  
カシューナッツ  
献立に不使用

予定献立表・幼児食【アーモンド・カシューナッツアレルギー対応】



ハッピーちやいんど保育園

Main table with columns for dates (曜日, 日, 月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for meals (おやつ, 昼食, 主要食材, 栄養成分). Includes a '成人の日' section and detailed nutritional data.

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。

冬野菜を食べよう

大根 消化を促進する酵素が含まれているので、胃腸が弱ったときに食べると効果的です。
ねぎ 抗菌作用がある成分が含まれていて、においにも殺菌、抗菌作用があります。
青菜 小松菜はカルシウム、ほうれん草は鉄が多いのが特徴です。



七草がゆ お正月の七日の朝に、無病を祈って七種の野菜をおかゆに入れて食べます。
1月7日はぜひ七草がゆを作ってみてはいかがでしょうか。

●マヨネーズは卵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・カレールウとシチューールウは卵・乳製品不使用のものを使用しております。
●味噌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。
※尚、天候等の都合により食材材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。