



1月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。

朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和7年12月23日

(○は午後おやつ)

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
5	月	チャーハン 豆サラダ・もやしのスープ オレンジ	牛乳 プアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○油、油	○牛乳、豚ひき肉、大豆水煮缶、木綿豆腐	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、もやし、きゅうり、にら、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩、○食塩
6	火	ゆかりごはん 国産豚肉のしょうが焼き 和風マカロニサラダ さつま芋の味噌汁・りんご	牛乳 ツナマヨサンド	米、さつまいも(皮付)、○サンドイッチパン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マカロニ、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、○ツナ油漬缶(きはだ)、油揚げ	たまねぎ、りんご、にんじん皮むき、きゅうり、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、万能ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、酒、かつおだし・鰹節
7	水	七草ご飯 ぶりの照り焼き・紅白なます 麸のすまし汁・みかん	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、焼ふ	○牛乳、ぶり、ちくわ	みかん、だいこん、きんじん皮むき、たまねぎ、えのきだけ、○いちごジャム、なずな、かぶ・葉、葉ねぎ、ゆず果皮	みりん、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、食塩
8	木	ご飯・松風焼き 小松菜の煮びたし 豆乳汁・バナナ	牛乳 ごまクッキー	米、○小麦粉、板こんにゃく、○バター、○砂糖、片栗粉、砂糖、○すりごま、ごま、○ごま油、ごま油	○牛乳、鶏ひき肉、調製豆乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、大豆水煮缶、かつお節	バナナ、こまつな、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、洗いごぼう	みりん、しょうゆ(うすくち)
9	金	カレーライス ★コールスローサラダ りんご	牛乳 シュガーパイ	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、○グラニュー糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)	キャベツ、りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、コーン缶、グリンピース(水煮缶詰)	カレールウ、酢、食塩
13	火	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 五目煮・豆腐の味噌汁 りんご	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、板こんにゃく、○ホットケーキ粉、○バター、砂糖、すりごま、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)	○牛乳、さけ、大豆水煮缶、木綿豆腐、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ	りんご、にんじん皮むき、○マーマレード、たまねぎ、葉ねぎ、干しいたけ	みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
14	水	パン ★国産鶏の香草焼き ★大根ツナサラダ トマトスープ・オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	ロールパン、クロワッサン、マヨネーズ、パン粉、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、大豆水煮缶、ツナ油漬缶、ベーコン	だいこん、オレンジ、きゅうり、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、カットトマト缶詰	鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
15	木	ご飯 国産牛丼と青梗菜の味噌炒め おからサラダ ★はんぺんのすまし汁・バナナ	牛乳 コーンマヨ餃子	米、○ぎょうざの皮、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、油、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)、おから、ハム、はんぺん、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、チングンサイ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、○コーン缶、えのきだけ、万能ねぎ	酒、しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、かつおだし・鰹節、食塩
16	金	鮭おにぎり 豚汁・みかん	ヨーグルト	米、板こんにゃく	○ソフル元気ヨーグルト、豚肉(肩ロース)、生揚げ、鮭フレーク、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、だいこん皮むき、にんじん皮むき、葉ねぎ、洗いごぼう	かつおだし・鰹節
17	土	牛丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	ラムネ	米、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきだけ	しょうゆ(うすくち)
19	月	ご飯 ★たらの香草パン粉焼き マカロニサラダ・大根スープ オレンジ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、マヨネーズ、マカロニ、パン粉	○牛乳、たら、豚ひき肉、ハム、粉チーズ	オレンジ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、きゅうり、○いちごジャム、コーン缶、万能ねぎ	鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
20	火	ご飯・マーボー豆腐 さつま芋の素揚げ わかめスープ・りんご	牛乳 ちんすこう	米、さつまいも、○小麦粉、○油、油、○砂糖、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、葉ねぎ、えのきだけ、生わかめ、コーン缶、しょうが	しょうゆ、鶏がらだしの素、食塩
21	水	しらすご飯 国産鶏の照り焼き 長芋と小松菜の塩炒め しめじの味噌汁・バナナ	牛乳 チーズトースト	米、○食パン、なさいも、○マーガリン、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、○スライスチーズ、しらず干し、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、こまつな、たまねぎ、万能ねぎ、しめじ	酒、しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
22	木	ご飯 鮭の竜田揚げ・春雨サラダ たっぷりきのこ味噌汁・りんご	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、はるさめ(緑豆)、片栗粉、油、砂糖、ごま、ごま油	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○卵、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、きゅうり、たまねぎ、○いちごジャム、葉ねぎ、まいたけ、しめじ、えのきだけ、しょうが	酢、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節
23	金	パン ポークチャップ ★シーチキンサラダ コーンポタージュ・オレンジ	おかげおにぎり	○米、ロールパン、クロワッサン、片栗粉、マヨネーズ、米粉、ごま、バター、クリトン、○ごま油、食パン	豚肉(肩ロース)、調製豆乳、ツナ油漬缶、○かつお節	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、キャベツ、クリムコーン缶、きゅうり、ピーマン、コーン缶、にんにく	ケチャップ、鶏がらだしの素、○しょうゆ(うすくち)、食塩、パセリ粉
24	土	チキンライス 豆腐のスープ・バナナ	せんべい	米	鶏むね肉(皮付)、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、コーン缶、グリンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩
26	月	ご飯 さわらの香味焼き・ひじき煮 わかめの味噌汁・オレンジ	牛乳 ★レモンヨーグルトケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、油、ごま油	○牛乳、さわら、油揚げ、○ヨーグルト(無糖)、○卵、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、だいこん皮むき、にんじん皮むき、葉ねぎ、生わかめ、ひじき、○レモン果汁、ににく、しようが	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節
27	火	ご飯 国産豚肉と厚揚げの中華煮 プロッコリーの中華和え ★中華風スープ・バナナ	牛乳 きなこラスク	米、○フランズパン、○バター、ごま油、○グラニュー糖、すりごま、片栗粉	○牛乳、生揚げ、卵、豚肉(肩ロース)、○きな粉	バナナ、ブロッコリー、ピーマン、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶、カリフラワー、たけのこ(ゆで)、えのきだけ、葉ねぎ、しょうが、黒きくらげ、ににく	鶏がらだしの素、中華だしの素、食塩
28	水	ご飯 さばのみぞれかけ ほうれん草のごま和え 人参の味噌汁・みかん	牛乳 ★お好み焼き	米、○小麦粉、砂糖、黒ごま、○油	○牛乳、さば、○卵、○豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	みかん、ほうれんそう、にんじん皮むき、だいこん皮むき、たまねぎ、○キヤバツ、万能ねぎ、○ねぎ、葉ねぎ、しょうが、○あおのり	しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、○お好み焼きソース、酒、かつおだし・鰹節、食塩
29	木	ご飯・国産鶏の唐揚げ 切干大根の酢の物 小松菜の味噌汁・りんご	フルーツヨーグルト	米、片栗粉、油、砂糖	○ソフル元気ヨーグルト、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、かつお味付けフレーク缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご、○バナナ、○みかん缶、きゅうり、こまつな、にんじん皮むき、切り干しだいこん、生わかめ、しょうが、ににく	しょうゆ、みりん、酢、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
30	金	ハヤシライス ★ハムサラダ オレンジ	牛乳 ★オニオンブレッド	米、○ホットケーキ粉、マヨネーズ、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハム、○卵、○ハム、○とろけるチーズ	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、かぼちゃ、しめじ、きゅうり、○たまねぎ、コーン缶、グリンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ、○パセリ粉
31	土	豚丼 玉ねぎの味噌汁・バナナ	クラッカー	米、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきだけ、葉ねぎ、	しょうゆ(うすくち)、みりん

*材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

*アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

1月14日、23日は
ひまわり組、こすもす組、なのはな組、むぎ組は
パンバイキングになります。