



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6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
4	土	豚丼 ちくわの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、じゃがいも、しらたき、砂糖	豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん
6	月	鮭チャーハン 豆腐のスープ オレンジ	牛乳 せんべい	米、油	○牛乳、鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩
7	火	七草がゆ ぶりの照り焼き 紅白なます 豆腐のすまし汁・バナナ	牛乳 さつまいもきんとん	米、○さつまいも、○砂糖、砂糖	○牛乳、ぶり、木綿豆腐	バナナ、だいこん、○りんご、にんじん、かぶ・葉、にんじん皮むき、たまねぎ、なずな、万能ねぎ、ゆず果皮	みりん、酢、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
8	水	ご飯 すき焼き風煮 さつま芋の素揚げ 切干大根と高野豆腐の味噌汁・みかん	牛乳 ごまクッキー	米、さつまいも、○小麦粉、しらたき、○バター、油、○砂糖、砂糖、○すりごま、焼ふ(板ふ)、○ごま	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、凍り豆腐	みかん、はくさい、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、切り干しだいこん	しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
9	木	ご飯 マーボー豆腐 もやしとコーンのナムル ★卵スープ・りんご	牛乳 ★オニオンブレッド	米、○ホットケーキ粉、○マヨネーズ、砂糖、ごま油、ごま、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、○ハム、○とろけるチーズ	にんじん皮むき、根切りもやし、りんご、たけのこ(ゆで)、きゅうり、○たまねぎ、たまねぎ、葉ねぎ、万能ねぎ、コーン缶、生わかめ、しょうが	しょうゆ、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩、○パセリ粉
10	金	ハヤシライス ★キャベツのサラダ みかん	牛乳 マカロニあべかわ	米、○マカロニ、マヨネーズ、○砂糖、ごま	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○きな粉、ハム	みかん、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、かぼちゃ、しめじ、きゅうり、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ、○食塩
11	土	とり丼 人参の味噌汁 バナナ	米棒	米、○玄米、○水あめ、○砂糖、砂糖、○油、油	鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、○しょうゆ、みりん
14	火	ご飯 鮭のゆうあん焼き 切干大根の旨煮 かぶの味噌汁・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、砂糖	○牛乳、さけ、油揚げ、○卵、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、にんじん皮むき、かぶ・根・皮むき、切り干しだいこん、万能ねぎ、えのきたけ、ゆず果汁	みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、食塩
15	水	ご飯 国産豚肉と青梗菜の味噌炒め れんこんチップ 中華スープ・バナナ	牛乳 ココアクッキー	米、○小麦粉、○砂糖、○バター、油、○片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、れんこん、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん皮むき、にら	酒、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩
16	木	パン タンドリーチキン ブロッコリーのマヨネーズ和え 白菜の豆乳スープ・りんご	塩昆布おにぎり	○米、ロールパン、クロワッサン、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、食パン	鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、大豆水煮缶、ヨーグルト(無糖)、ベーコン	りんご、ブロッコリー、はくさい、にんじん皮むき、たまねぎ、コーン缶、○塩こんぶ	ケチャップ、ウスターソース、コンソメ・粉末、しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉
17	金	ご飯 豚汁 みかん	ヨーグルト	米、板こんにゃく	○ソファール元気ヨーグルト、豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、にんじん皮むき、だいこん皮むき、洗いごぼう、葉ねぎ	かつおだし・鰹節
18	土	チキンライス じゃがいものスープ バナナ	せんべい	米、じゃがいも	鶏むね肉(皮付)、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、しめじ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
20	月	ご飯 ★タラのコーンマヨ焼き マカロニナポリタン 大根スープ・オレンジ	牛乳 ブアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、マカロニ、○油	○牛乳、タラ 切り身、豚ひき肉、ベーコン	オレンジ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、たまねぎ、クリームコーン缶、万能ねぎ、ピーマン、しめじ、コーン缶、パセリ	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩、○食塩
21	火	わかめごはん にらじゃが炒め ちくわの磯辺揚げ 人参のすまし汁・りんご	牛乳 シュガーパイ	米、じゃがいも、つぶら用バター、油、○グラニュー糖、ごま、片栗粉、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、ちくわ、しらす干し	りんご、にんじん皮むき、にら、たまねぎ、万能ねぎ、えのきたけ、あおのり	みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、食塩
22	水	ご飯 国産鶏肉のバーベキューソース ほうれん草のソテー かぼちゃのシチュー・みかん	牛乳 マシュマロサンド	米、米粉、砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、ベーコン	みかん、ほうれんそう、かぼちゃ、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、中濃ソース、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
23	木	ご飯 さわらの味天 春雨の酢の物 冬野菜の味噌汁・バナナ	牛乳 ピザトースト	米、○食パン、小麦粉、はるさめ(緑豆)、油、○バター、砂糖、ごま	○牛乳、さわら、○チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○ハム、ハム	バナナ、きゅうり、にんじん皮むき、○たまねぎ、だいこん皮むき、○ピーマン、万能ねぎ、えのきたけ、あおのり	○ケチャップ、しょうゆ、酢、みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、○食塩
24	金	ご飯 厚揚げの肉みそ野菜炒め ブロッコリーとカリフラワーの中華和え コーンスープ・オレンジ	牛乳 豆乳スコーン	米、○小麦粉、片栗粉、○油、砂糖、○メープルシロップ、ごま油、すりごま	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、○調製豆乳、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にんじん皮むき、カリフラワー、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、にんにく、しょうが	酒、みりん、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、中華だしの素、○食塩、食塩
25	土	牛丼 玉ねぎの味噌汁 バナナ	かぼちゃボーロ	米、しらたき、砂糖	生揚げ、牛肉 切り落とし、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)
27	月	ご飯 さばの味噌煮 ひじき豆 麩のすまし汁・オレンジ	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○バター、板こんにゃく、焼ふ、ごま油	○牛乳、さば、○卵、油揚げ、ゆで大豆、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、○マーマレード、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ、葉ねぎ、ひじき、しょうが	みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩
28	火	ご飯 回鍋肉 もやしとハムの和え物 わかめスープ・りんご	牛乳 野菜ポッキー	米、○小麦粉、○油、砂糖、○砂糖、ごま、ごま油、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	根切りもやし、りんご、キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、ピーマン、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、生わかめ	○ケチャップ、酢、しょうゆ、酒、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、○食塩、食塩、○パセリ粉
29	水	ご飯 国産豚肉のトマト煮 ★大根とツナのサラダ 豆スープ・バナナ	牛乳 ごまラスク	米、○フランスパン、じゃがいも、マヨネーズ、○バター、○グラニュー糖、○ごま、片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、大豆水煮缶、ツナ油漬缶(きはだ)、ベーコン	たまねぎ、バナナ、だいこん皮むき、キャベツ、にんじん皮むき、トマトジュース缶(食塩無添加)、きゅうり、しめじ	ケチャップ、ウスターソース、酒、鶏がらだしの素、食塩、カレー粉
30	木	ご飯 サーモンフライ 小松菜の和風サラダ 豆腐とえのきの味噌汁・みかん	牛乳 きなこちんすこう	米、○小麦粉、パン粉、○砂糖、○油、和風ドレッシング、油、小麦粉	○牛乳、さけ、木綿豆腐、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、○きな粉	みかん、こまつな、にんじん皮むき、ミニトマト、えのきたけ、万能ねぎ	かつおだし・鰹節、食塩
31	金	パン 国産鶏のカレー焼き ポテトサラダ キャベツとベーコンのスープ・りんご	フルーツヨーグルト	じゃがいも、ロールパン、クロワッサン、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖、食パン	○ソファール元気ヨーグルト、鶏もも肉(皮付)、ベーコン、ツナ油漬缶(きはだ)	りんご、○バナナ、にんじん皮むき、○みかん缶、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	酢、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉

※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
 屋食・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、必要に応じて屋食・おやつの内容変更があります。

1月16日、30日
ひまわり組、こすもす組、なのはな組、むぎ組の園児は
パンバイキングになります。