



1月 給食献立表



2025年

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：腸子をととのえる	ディスプレイ
4	土	ハヤシライス コールスローサラダ りんご	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳・牛もも・ツナ缶詰	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 ビスケット	たまねぎ・にんじん・キャベツ・りんご	幼児
6	月	米飯 鯖の照り焼き かぶのユズ和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 バナナパイ	まさば・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳	米・砂糖・きょうざの皮	かぶ・にんじん・きゅうり・ゆず・なめこ たまねぎ・キャベツ・バナナ	幼児
7	火	米飯 すき焼き 春雨の酢の物 さつまいもの味噌汁 オレンジ	お茶 七草がゆ	牛かたロース・焼き豆腐・甘みそ 油揚げ	米・砂糖・焼きふ・なたね油・ごま 緑豆はるさめ・さつまいも	はくさい・しゅんぎく・生しいたけ・根菜ねぎ えのきたけ・きゅうり・わかめ・にんじん たまねぎ・パレンシアオレンジ・かぶ・大根 大根・せり	幼児
8	水	米飯 鶏の照り焼き 白菜としらすの酢の物 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 ポテトチップ	鶏もも・しらす干し・生揚げ・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・砂糖・ポテトチップス	しょうが・はくさい・にんじん・大根・ごぼう たまねぎ・れんこん・ぶなしめじ	離乳食
9	木	米飯 鮭のレモン和え ひじきとほうれん草の納豆和え そうめんの味噌汁	牛乳 シリアルクッキー	へにさげ・挽きわり納豆・しらす干し かつお節・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 スキムミルク	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 そうめん・ひやむぎ・薄力粉 無塩バター・コーンフレーク	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・ほうれんそう・ほしひじき たまねぎ・キャベツ・ブルー	幼児
10	金	米飯 ポークチャップ ささみのカレーサラダ コンソープ	牛乳 台湾カステラ	豚かたロース・パルメザンチーズ ささ身・低脂肪牛乳・スキムミルク 普通牛乳・鶏卵	米・なたね油・薄力粉・じゃがいも マヨネーズ・砂糖・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・えのきたけ・キャベツ・きゅうり スイートポテト	幼児
11	土	豚肉の肺兩煮の混ぜご飯 キャベツの胡麻和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 カリボテ	普通牛乳・豚かたロース・油揚げ 甘みそ	米・なたね油・砂糖・ごま・せんべい	にんじん・キャベツ・西洋かぼちゃ・はくさい たまねぎ	幼児
14	火	米飯 カレイの野菜あんかけ ブロッコリーの胡麻和え さつまい りんご	牛乳 ヨーグルトパン	まがれい・甘みそ・木綿豆腐 普通牛乳・ヨーグルト・スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油・砂糖・ごま さつまいも・お餅・きなこ・粉糖	たまねぎ・にんじん・えのきたけ・ごぼう チンゲンサイ・ブロッコリー・りんご ブルー	幼児
15	水	ちゃんぽん さつまいものうま煮 レバーの甘辛和え バナナ	牛乳 スイートプール	豚ロース・ブラックタイガー 蒸しかまぼこ・豆乳・鶏肝臓 普通牛乳・鶏卵	中華めん・ごま油・さつまいも・砂糖 かたくり粉・ごま・ロールパン 有塩バター・薄力粉	りよくとうもろやし・キャベツ・ほうれんそう にんじん・スイートポテト・バナナ	おひさま
16	木	防災食カレーライス 非常食クッキー	お茶 ぶた汁うどん	豚ロース・豚もも・油揚げ・甘みそ	米・じゃがいも・なたね油・かたくり粉 お餅・レークッキー・うどん	たまねぎ・にんじん・大根・ごぼう・はくさい	幼児
17	金	米飯 赤魚のイタリアンムニエル 豆腐サラダ 白菜のクリームスープ オレンジ	牛乳 畑のクラッカー	あこうだい・木綿豆腐・普通牛乳 スキムミルク・ベーコン	米・薄力粉・オリーブ油・砂糖 なたね油・かたくり粉 お餅・レークッキー	たまねぎ・トマト缶詰・きゅうり・ほうれんそう にんじん・はくさい・えのきたけ パレンシアオレンジ	幼児
18	土	牛すき丼 ほうれん草のごまあえ ふとわかめの味噌汁	牛乳 野菜スティック	普通牛乳・牛もも・木綿豆腐・甘みそ	米・砂糖・ごま・焼きふ・ビスケット	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・にんじん わかめ	幼児
20	月	米飯 鯖のチーズパン粉焼き 揚げポテトサラダ 豆乳みそ汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	まさば・パルメザンチーズ・ロースハム 生揚げ・淡色辛みそ・豆乳 普通牛乳・ヨーグルト	米・パン粉・なたね油・じゃがいも マヨネーズ・さつまいも	しょうが・にんじん・きゅうり・大根・ごぼう たまねぎ・ぶなしめじ	幼児
21	火	米飯 鶏肉と大根の照り煮 小松菜の白和え きのこの味噌汁 りんご	牛乳 誕生日ケーキ	鶏もも・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・お餅・クリーム	米・薄力粉・なたね油・砂糖・ごま お餅・きなこ・マーガリン	大根・にんじん・グリーンピース・ごまつな なめこ・えのきたけ・ぶなしめじ・たまねぎ 乾しいたけ・りんご・みかん缶詰	幼児
22	水	お弁当	牛乳 カリボテ	普通牛乳	せんべい		幼児
23	木	米飯 鮭のポテト焼き レンコンのカレー炒め 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ	牛乳 りんごのホットケーキ	へにさげ・ベーコン・絹ごし豆腐 普通牛乳・鶏卵・スキムミルク	米・じゃがいも・マヨネーズ・なたね油 お餅・きなこ・有塩バター・砂糖	パセリ・れんこん・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・スイートポテト・わかめ・バナナ りんご	幼児
24	金	カレーときのこのトマトクリームがけ 野菜サラダ キャベツとウインナーのスープ	牛乳 フルーツサンド	ベーコン・低脂肪牛乳・スキムミルク ウインナー・普通牛乳・クリーム	なたね油・マカロニス・パグティ乾 かたくり粉・砂糖・食パン	たまねぎ・トマト缶詰・ぶなしめじ えのきたけ・生しいたけ・にんじん・レタス きゅうり・トマト・ブロッコリー・キャベツ みかん缶詰・ネクタリン・バナナ	幼児
25	土	五目ご飯 小松菜のお浸し ふとなめこの味噌汁	牛乳 畑のクラッカー	普通牛乳・豚ロース・かつお節 甘みそ	米・なたね油・焼きふ お餅・レークッキー	ごぼう・にんじん・乾しいたけ・ごまつな なめこ・たまねぎ	幼児
27	月	米飯 味付け海苔 赤魚のかぶら蒸し 切り干し大根と昆布の煮物 小松菜の味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト	あこうだい・鶏卵・豚かたロース 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・砂糖・かたくり粉・ごま油	味付けのり・かぶ・にんじん・切りみつば 刻み昆布・切り干しだいこん・ごまつな たまねぎ・りんご・バナナ・みかん缶詰 パインアップル缶詰・ネクタリン	幼児
28	火	赤飯 豆腐ハンバーグ 彩りサラダ じゃがいものポターージュ オレンジ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛ひき肉・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・プロセスチーズ ロースハム・低脂肪牛乳・スキムミルク 普通牛乳・お餅・クリーム	米・パン粉・なたね油・砂糖 じゃがいも・お餅・きなこ・マーガリン	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん・きゅうり パセリ・パレンシアオレンジ・りんご	幼児
29	水	米飯 鯖の竜田揚げ 野菜ときさみのりのサラダ さつま芋とかぼちゃの味噌汁	牛乳 チーズ春巻き	ざわら・しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・プロセスチーズ	米・かたくり粉・なたね油・薄力粉 ごま油・砂糖・さつまいも しゅつまいの皮	はくさい・にんじん・きゅうり・焼きのり 西洋かぼちゃ・たまねぎ	なぎさ
30	木	米飯 春巻き 桜エビのサラダ えのきたけのすまし汁	牛乳 ミレービスケット	豚かたロース・干しえび・普通牛乳	米・きょうざの皮・なたね油 緑豆はるさめ・かたくり粉・ごま油 マヨネーズ・焼きふ・ビスケット	にんじん・だげのこ・生しいたけ・しょうが りよくとうもろやし・ブロッコリー・キャベツ ほうれんそう・スイートポテト・えのきたけ わかめ・たまねぎ	幼児
31	金	米飯 チキンごぼう ひじきのごまサラダ 卵とかんぴょうの味噌汁 りんご	牛乳 豆乳プリン	鶏もも・しらす干し・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・豆乳・ゼラチン きな粉	米・かたくり粉・なたね油・砂糖 マヨネーズ・ごま・メープルシロップ	ごぼう・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ほしひじき・きゅうり・スイートポテト・かんぴょう えのきたけ・りんご	幼児
1	土	牛肉の混ぜご飯 かぼちゃの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 ポップコーン	牛ひき肉・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・砂糖・なたね油・ポップコーン	グリーンピース・にんじん・西洋かぼちゃ たまねぎ・わかめ	幼児
3	月	米飯 いわしのフレーク焼き 小松菜のごましらす和え かきたま汁 オレンジ	お茶 恵方巻き	まいわし・しらす干し・鶏卵・牛もも	米・薄力粉・パン粉・コーンフレーク 有塩バター・ごま・砂糖・焼きふ ごま油	ごまつな・キャベツ・にんじん・たまねぎ 生しいたけ・ほうれんそう パレンシアオレンジ・焼きのり・たくあん漬	幼児
4	火	米飯 おでん ひじきの白和え ふとわかめの味噌汁	牛乳 さつま芋の蒸しパン	焼き竹輪・鶏卵・生揚げ 豚かたロース・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・じゃがいも・砂糖・ごま・焼きふ お餅・きなこ・さつまいも	大根・みつひし昆布・ほしひじき・にんじん きゅうり・たまねぎ・わかめ	幼児

※献立は、都合により変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは、基本は市販のおやつを使用しています。
 ※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来て下さい。
 ※おひさま組は食べやすさによって食材を変更する場合があります。
 ※おひさま組はお弁当にりんごを入れる場合は、給食と同様に加熱して、
 喉に詰まりにくい柔らかくして下さい。