

1 1 月献立表

令和7年 1 1 月

[未満児]

	1(土)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
9時	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	炭酸せんべい 炭酸せんべい		じゃこ しらす干し	スティック人参 にんじん	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	バナナ バナナ	炭酸せんべい 炭酸せんべい
昼食	にゅうめん そうめん・ひやむぎ 葉ねぎ 乾しいたけ こいくちしょうゆ みりん風調味料 油揚げ 焼き抜きかまぼこ 鶏もも 混合だし	★ 祝 日 ★ .	カレーピラフ 米 あいびき たまねぎ グリーンピース にんじん カレー粉 コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 調合油	麦ご飯 米 米粒麦	カレーうどん うどん 豚もも たまねぎ 葉ねぎ 油揚げ カレールウ 混合だし こいくちしょうゆ かたくり粉 ぶなしめじ	麦ご飯 米 米粒麦	ナポリタン マカロニ・スパゲッティ 皮つきウインナー たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 青ピーマン 調合油 食塩 こしょう ケチャップ ウスターソース コンソメ
	ほうれん草と白菜のおかか和え ほうれんそう はくさい 花かつお こいくちしょうゆ 車糖		具たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ	さばの塩こうじ焼き まさば 塩麹	小松菜のお浸し こまつな にんじん かつお削り節 車糖 こいくちしょうゆ 生竹輪	鶏のから揚げ 鶏もも 食塩 こしょう かたくり粉 調合油 清酒 薄力粉 鶏むね	キャベツと胡瓜の酢の物 キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 食塩 車糖
	カップゼリー ゼリー			にら玉汁 にら 鶏卵 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし かたくり粉		フルーツ ..	みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし
3時	牛乳おやつ 普通牛乳		牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳
	せんべい しょうゆせんべい		チーズ蒸しパン こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 ピザチーズ	じゃがバター じゃがいも マーガリン 食塩 パセリ	おにぎり(昆布)おやつ 米 昆布つくだ煮 ごま 食塩 こいくちしょうゆ	ホットサンド 食パン ロースハム スライスチーズ マヨネーズ	バームクーヘン バームクーヘン
成分値	キャンデーチーズ キャンデーチーズ						キャンデーチーズ キャンデーチーズ
	<一日合計> エネルギー : 443 kcal 脂 質 : 14.1 g たんぱく質 : 18.8 g 塩 分 : 2.4 g カルシウム : 319 mg		574 kcal 21.6 g 20.2 g 1.6 g 374 mg	430 kcal 17.4 g 20.2 g 1.3 g 283 mg	453 kcal 13.5 g 18.6 g 2.3 g 300 mg	593 kcal 24.4 g 27.0 g 1.9 g 334 mg	455 kcal 18.1 g 16.5 g 1.3 g 302 mg
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	17(月)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	ジャムヨーグルト ヨーグルト	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	コーンフレーク コーンフレーク	スナックパン スナックパン	炭酸せんべい 炭酸せんべい	いちごジャム	炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやつりんこ(朝) かえりちりめん
昼食	ロールパン ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦	納豆ごはん 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	チキンライス 米 水 コンソメ 鶏もも たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう ケチャップ グリーンピース	麦ご飯 米 米粒麦
	クリームシチュー じゃがいも にんじん たまねぎ 鶏もも マッシュルーム水煮缶詰 グリーンピース シチュー、クリーム 普通牛乳 なたね油 コンソメ	お好み焼き キャベツ やまといも 豚ばら さくらえび 葉ねぎ 薄力粉 鶏卵 食塩 調合油 お好みソース マヨネーズ あおのり 花かつお 混合だし 天かす	カレイの味噌焼き まがれい 清酒 淡色辛みそ 本みりん 車糖	タンドリーチキン 鶏もも 食塩 こしょう にんにくおろし しょうが ヨーグルト カレー粉 ケチャップ	はんぺんのチーズフライ はんぺん スライスチーズ 薄力粉 鶏卵 パン粉 なたね油	カニたま風卵焼き 鶏卵 かに風味かまぼこ たまねぎ 生しいたけ 調合油 グリーンピース 食塩 鶏がらスープ うすくちしょうゆ 車糖 穀物酢 かたくり粉	
	キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム トマト 胡麻ドレッシング		筑前煮 鶏もも ごぼう にんじん れんこん たけのこ水煮 生しいたけ さやいんげん 板こんにやく こいくちしょうゆ 本みりん	スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン にんじん マヨネーズ	春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	和風サラダ きゅうり にんじん りよくとうもやし ドレッシングタイプ和風調味
	フルーツ ..	切干し大根の酢の物 切干しだいこん ほしひじき しらす干し きゅうり にんじん 穀物酢 車糖 食塩 ごま	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	みそ汁・ こまつな ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	けんちん汁 大根 さといも にんじん ごぼう 油揚げ 葉ねぎ 混合だし うすくちしょうゆ 食塩	カップゼリー ゼリー	みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし
3時	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶
	炊き込みご飯(おやつ) 米 ごぼう ぶなしめじ 油揚げ 鶏もも こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 にんじん うすくちしょうゆ	焼き立てパン(レースン) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 干しぶどう	黒ごま団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖 黒ごま	プリン プリンミックス ・ 普通牛乳	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖	ビスケット ビスケット マリー ・ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク
成分値	<一日合計> エネルギー : 415 kcal 脂 質 : 12.6 g たんぱく質 : 16.3 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 212 mg	681 kcal 26.7 g 24.5 g 2.4 g 373 mg	533 kcal 13.2 g 24.1 g 1.6 g 304 mg	570 kcal 24.6 g 24.0 g 1.4 g 245 mg	507 kcal 14.9 g 19.1 g 2.1 g 264 mg	498 kcal 15.0 g 16.8 g 0.8 g 326 mg	409 kcal 12.2 g 18.8 g 2.1 g 283 mg

*都合により献立を変更することがあります。

令和7年 1 1 月							
[未満児]							
	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	24(月)	25(火)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳
	じゃこ しらす干し	桜エビ さくらえび	スナックパン スナックパン	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	炭酸せんべい 炭酸せんべい		おやつ昆布(朝) おやつこぶ
昼食	タンメン 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 にんじん 豚もも 生しいたけ キャベツ りょくとうもやし にら 鶏がらスープ	麦ご飯 米 米粒麦 さわらの照り焼き さわら こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 れんこんの金平 れんこん にんじん ごま油 こいくちしょうゆ 車糖 ごま	★ 自衛消防訓練 ★ . シーフードカレー 米 米粒麦 しばえび こいうか じゃがいも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 カレールウ グリーンピース コンソメ	★ 誕生会 ★ . もみじご飯 米 らうすこんぶ にんじん 食塩 うすくちしょうゆ ごま えびフライ ブラックタイガー 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油 マヨネーズ たまねぎ 鶏卵 パセリ 食塩 こしょう 車糖 レモン	皿うどん 即席中華めん はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ 豚もも 焼き抜きかまぼこ なたね油 しょうが 鶏がらスープ オイスターソース こいくちしょうゆ 清酒 かたくり粉 ごま油 こいうか むきえび 中華スープ チンゲンサイ エリンギ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	★ 祝 日 ★ .	フランスパン フランスパン . . ひき肉のトマトグラタン あいびき マカロニ たまねぎ にんにくおろし トマト缶詰 普通牛乳 ホワイトソース ピザチーズ 調合油 コンソメ パセリ レタスと卵のスープ 鶏卵 レタス ぶなしめじ ベーコン コンソメ 桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト
	ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー ごま こいくちしょうゆ 車糖	みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	生野菜サラダ レタス きゅうり トマト たまねぎ フレンチドレッシング	大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング	カップゼリー ゼリー		
	フルーツ(パイン缶) パインアップル缶詰	フルーツ ..	ヨーグルト(いちごソース) ヨーグルト いちごジャム	すまし汁・ おつゆ麴 切りみつば ほんしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ プチゼリー ゼリー			
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		麦茶 麦茶
	サブレ 薄力粉 マーガリン 車糖	ホットドック(おやつ) ロールパン 皮つきウインナー キャベツ カレー粉 なたね油 ケチャップ .	マーマレードマフィン マーマレード ホットケーキミックス 鶏卵 車糖 普通牛乳 マーガリン	アニマルポテト さつまいも ビスケット マリー パフパイ ラムネ 干しぶどう 普通牛乳 マーガリン 車糖	せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ		おにぎり(かつお梅)おやつ 米 梅干し きずのり
	成分値 エネルギー : 501 kcal 脂 質 : 19.7 g たんぱく質 : 20.2 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 303 mg	565 kcal 21.4 g 25.6 g 2.2 g 372 mg	587 kcal 17.1 g 17.4 g 1.9 g 340 mg	681 kcal 31.8 g 25.4 g 2.3 g 380 mg	483 kcal 19.9 g 17.2 g 3.2 g 403 mg		489 kcal 13.0 g 20.2 g 2.1 g 293 mg
	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)			
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳			
	コーンフレーク コーンフレーク	スティック人参 にんじん	バナナ バナナ	炭酸せんべい 炭酸せんべい			
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 おでん 大根 板こんにやく 煮込み竹輪 厚揚げ 混合だし みりん風調味料 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ごぼ天 うずら卵水煮缶詰 牛すじ にんじん	麦ご飯 米 米粒麦 鮭のマヨネーズ焼き しろさけ 食塩 こしょう マヨネーズ 本みりん パセリ ひじき煮(れんこん) ほしひじき にんじん 油揚げ れんこん さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 清酒	麦ご飯 米 米粒麦 とんとん天 豚もも 食塩 しょうが 料理酒 ブレミックス粉 しそ 調合油 大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩 すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	麻婆丼 米 米粒麦 ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生しいたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターソース しょうが にんにくおろし 清酒 中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ カップゼリー ゼリー			
	いんげんの胡麻和え さやいんげん ごま ぶなしめじ こいくちしょうゆ 車糖	さつま汁 さつまいも 板こんにやく 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	フルーツ ..				
	味噌汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし						
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳			
	卵サンド 食パン 鶏卵 マヨネーズ	パンキンパイ 西洋かぼちゃ 車糖 ぎょうざの皮 マーガリン	焼き芋 さつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ	野菜かすてら カステラ キャンデーチーズ キャンデーチーズ			
	成分値 エネルギー : 522 kcal 脂 質 : 18.8 g たんぱく質 : 24.4 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 363 mg	502 kcal 18.4 g 20.4 g 1.5 g 315 mg	526 kcal 18.7 g 20.3 g 1.0 g 348 mg	521 kcal 16.3 g 18.5 g 0.7 g 335 mg			

＊都合により献立を変更することがあります。