

令和 7 年 1 月 献立表

上布田保育園

曜日	乳児朝のおやつ	昼食	おやつ	熱・力となる食品	血・骨・肉となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ	あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします！	
4 18	土	おせんべい 麦茶	④ツナあんかけうどん 南瓜の甘煮 くだもの ⑯あんかけうどん(豚) 南瓜の甘煮 くだもの	メロンパン 牛乳	うどん メロンパン 牛乳	④ツナ缶 ⑯豚肉 人参 しいたけ 白菜 かぼちゃ くだもの			
6 20	月	ビスケット 麦茶	胚芽米ごはん みそ汁(大根、油揚げ) ぶりの照り焼き 春雨炒め みかん	ジャムサンド 牛乳	胚芽米 春雨 食パン いちごジャム バター	油揚げ ぶり ツナ缶 牛乳	大根 しょうが キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン缶 みかん	ラスク 麦茶	今月はお正月料理や冬の行事食を取り入れています。おせち料理には
7	火	クラッカー 麦茶	マーボー丼 ワンタンスープ 切干大根の中華和え りんご	七草がゆ 麦茶	米 ワンタン	木綿豆腐 鶏ひき ツナ缶 ねぎ いんげん 筍 にんにく 生姜 もやし 人参 青梗菜 切干大根 ほうれん草 りんご 大根、かぶ、大根葉	菓子盛り合わせ 麦茶	家族の健康や豊作などへの祈願、新年に縁起を担ぐことなど、様々な思	
8 22	水	クラッカー 麦茶	もやしあんかけラーメン(鶏、にら、もやし、キャベツ、人参、玉葱、椎茸) チンジャオロースー バナナ	青菜とじゃこのおにぎり 麦茶	中華麺 ごま油 米	鶏肉 豚肉 しらす かつお節 もやし キャベツ にら 玉ねぎ 人参 椎茸 生姜 筍 ピーマン バナナ ほうれん草	デニッシュ 麦茶	いや願いが込められています。子ども達にも伝えたい文化でもある	
9 23	木	おせんべい 麦茶	根菜カレー(鶏、玉ねぎ、人参、大根、蓮根) キャベツのスープ マカロニサラダ みかん	バナナココアクッキー 牛乳	米 カレールフ マカロニ ココア マヨドレ バター 小麦粉	鶏肉 鶏ひき ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 蓮根 生姜 にんにく りんご キャベツ 胡瓜 みかん バナナ	にゅうめん 麦茶	ので少しですが取り入れています。それぞれどんな思いが込められて
10	金	クラッカー 麦茶	食パン 白菜と肉団子のスープ チキンピーンズ 粉ふきいも バナナ	鏡びらきのおしるこ おせんべい 麦茶	食パン 春雨 じゃが芋 米 おせんべい ごま油	鶏ひき 鶏肉 大豆 小豆	白菜 人参 椎茸 玉ねぎ グリンピース トマト缶 青のり バナナ 生姜	ゼリー・菓子 麦茶	いるか、給食だよりにのせましたので、ご覧ください。
11 25	土	クラッカー 麦茶	冬にゅうめん(鶏、人参、厚揚げ、しめじ、ねぎ、青梗菜) 豚肉と大根の炒め煮 くだもの	ホイップクリームパン 牛乳	そうめん こんにゃく ホイップクリームパン	鶏肉 厚揚げ 豚肉 牛乳	しめじ 人参 青梗菜 ねぎ 大根 生姜 くだもの		・ぶりの照り焼き(6日と20日) ・鶏の松風焼き(14日と28日)
14 28	火	おせんべい 麦茶	ごはん きのこのみそ汁(椎茸、しめじ、えのき、里芋、万能葱) 鶏の松風焼き ブロッコリーのお浸し みかん	きなこフレンチトースト 牛乳	米 里芋 パン粉 けしの実 食パン 春雨 じゃが芋	鶏ひき 木綿豆腐 牛乳 きな粉	椎茸 しめじ えのき 万能ねぎ 葱 えのき 青のり ブロッコリー 人参みかん	ゼリー・果物 麦茶	・フルーツきんとん(16日) ・七草がゆ(7日)
15 29	水	ビスケット 麦茶	けんちんうどん 豆腐のチャンプルー バナナ	ツナとコーンの包み揚げ 牛乳	うどん 里芋 ぎょうざの皮 マヨドレ 植物油 ごま油	鶏肉 油揚げ 木綿豆腐 ツナ缶 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ 筍 玉ねぎ 青梗菜 コーン缶 バナナ	スティックパン 麦茶	・鏡びらきのおしるこ(10日)
⑬ 16	木	クラッカー 麦茶	タコライス 鶏肉とかぶのスープ フルーツきんとん(りんご、パイナップル、みかん) ヨーグルト	キャロットケーキ 牛乳	米 さつま芋 バター 小麦粉	鶏ひき チーズ 鶏肉 ヨーグルト 卵 牛乳	キャベツ 玉ねぎ 人参 セロリ トマト にんにく かぶ しめじ りんご パイン缶 みかん缶	ゼリー・菓子 麦茶	10日(金)にたんぼぼ組さんが
17 31	金	ビスケット 麦茶	丸パン 白いんげんポタージュ 鮭のコーンマヨネーズ焼き コールスローサラダ バナナ	沖縄風くずもち 牛乳	パン じゃが芋 バター 片栗粉 小麦粉 マヨドレ 黒砂糖 白いんげん豆	牛乳 生クリーム 鮭 きな粉 キャベツ 胡瓜 人参 バナナ	玉ねぎ パセリ コーン缶 マッシュルーム キャベツ 胡瓜 人参 バナナ	わかめ雑炊 麦茶	「白菜ちぎり」をします。マスクのご用意をお願いします。
21	火	クラッカー 麦茶	マーボー丼 ワンタンスープ 切干大根の中華和え りんご	ぶどうゼリー クラッカー 牛乳	米 ワンタン アガー ぶどうジュース クラッカー	木綿豆腐 鶏ひき ツナ缶 牛乳 もやし 青梗菜 人参 切干大根 ほうれん草 りんご	ねぎ いんげん 筍 にんにく 生姜 麦茶	ふかしいも 麦茶	
24	金	おせんべい 麦茶	食パン 白菜と肉団子のスープ チキンピーンズ 粉ふきいも バナナ	ビビンバチャーハン 麦茶	食パン 春雨 じゃが芋 米	鶏ひき 鶏肉 大豆 バナナ ねぎ もやし 小松菜 にんにく グリンピース トマト缶	白菜 生姜 人参 椎茸 玉ねぎ 青のり 麦茶	ゼリー・菓子 麦茶	今月の平均給与量
27	月	ビスケット 麦茶	ごはん みそ汁(白菜、油揚げ) さばの煮つけ 小松菜ワンタンスープ りんご	あんバターサンド 牛乳	米 ワンタン 食パン バター	油揚げ さば こしあん 牛乳	白菜 しょうが 小松菜 人参 もやし りんご	ふかしいも 麦茶	乳児 515kcal 幼児 580kcal
30	木	クラッカー 麦茶	菜飯ごはん みそ汁(豆腐、わかめ) 豚肉の竜田揚げ カリフラワーの酢みそ和え りんご	マーブルむしパン 牛乳	米 小麦粉 ココア 植物油	木綿豆腐 豚肉 牛乳 りんご	菜飯 わかめ カリフラワー 人参 麦茶	ゼリー・菓子 麦茶	たんぱく質 18.3g 脂質 17.6g

*16日(木)・・・誕生会 新メニュー「タコライス」でお祝いします！

*食べたことのない食材がある場合は家庭で複数回食べるようにしてください。

*都合により内容が変更になる場合があります。

