

令和7年1月献立予定表

令和6年12月24日 幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える	おやつ	エネルギー
4	土	和風スパゲティ ほうれん草の卵スープ	ベーコン かつお節 刻みのり 卵	スパゲティ 油	人参 玉ねぎ しめじ キャベツ ほうれん草 えのきたけ 干椎茸	おかし	292
6	月	ごはん スパニッシュオムレツ 人参サラダ 牛乳	卵 ベーコン チーズ スキムミルク ツナ 牛乳 わかめ	白米 じゃがいも コーン 油 砂糖	ほうれん草 人参 きゅうり	わかめ おにぎり	675
7	火	七草風ごはん 豚汁 照り焼きチキン	鶏こま肉 豚こま肉 味噌 鶏もも肉 卵	白米 里芋 こんにゃく 薄力粉 バター 砂糖 コーンフレーク	かぶ 大根 人参 小松菜 にんにく 玉ねぎ 長ねぎ 干椎茸	シリアルクッキー	585
8	水	雑穀ごはん 豆腐ハンバーグ 青菜とコーンの胡麻和え 牛乳 始業式	豆腐 鶏ひき肉 ひじき かつお節 牛乳 ツナ缶	白米 雑穀米 パン粉 砂糖 片栗粉 コーン ごま マヨネーズ	玉ねぎ 人参 れんこん 小ねぎ ほうれん草 キャベツ	ツナマヨ おにぎり	615
9	木	お弁当デー	牛乳 スキムミルク	ミックス粉 チョコチップ 砂糖		チョコチップ 蒸しパン	107
10	金	ごはん 雑煮風 野菜のゆかり和え 鏡開き会	鶏こま肉 小豆	白米 だごめん 里芋 白玉粉 砂糖	ごぼう 人参 大根 長ねぎ 干椎茸 キャベツ きゅうり ゆかり	ぜんざい	437
11	土	ハヤシライス ブロッコリーサラダ	牛こま肉	白米 油 コーン マヨネーズ	玉ねぎ 人参 トマトピューレ ブロッコリー キャベツ	おかし	540
13	月	(祝)成人の日					
14	火	麦ごはん 鶏肉のから揚げ もやしときゅうりの中華サラダ	鶏もも肉 じゃこ	白米 押麦 薄力粉 片栗粉 砂糖 ごま油 ごま	にんにく 人参 きゅうり もやし	ごまじゃこ おにぎり	467
15	水	ごはん 厚揚げのミートソース煮 ポパイサラダ 牛乳	厚揚げ 合いびき肉 かまぼこ じゃこ 牛乳	白米 コーン マヨネーズ 砂糖 淡雪麩 バター	人参 玉ねぎ トマトケチャップ ほうれん草 キャベツ	麩のラスク	518
16	木	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜のフレンチ和え 牛乳	魚 牛乳 スキムミルク	白米 薄力粉 パン粉 砂糖 オリーブ油 ミックス粉	キャベツ きゅうり 人参	ココア 蒸しパン	534
17	金	雑穀ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 野菜の梅おかか和え	鶏こま肉 かつお節	白米 雑穀米 こんにゃく 砂糖 ごま	れんこん ごぼう 人参 もやし きゅうり ねり梅 小松菜	青菜おにぎり	539
18	土	肉うどん 和風サラダ	牛こま肉 かつお節	うどん 砂糖 油	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ きゅうり キャベツ	おかし	304
20	月	じゃこごはん 豆腐の味噌汁 野菜とわかめの甘酢和え	じゃこ 鶏こま肉 豆腐 味噌 かつお節 わかめ	白米 砂糖 油 コーンフレーク バター マシュマロ	人参 いんげん 干椎茸 小ねぎ 大根 きゅうり	コーンフレークバー	428
21	火	ごはん 魚のムニエル ミネストローネ 牛乳	魚 牛乳 かつお節	白米 油 薄力粉 バター じゃがいも 砂糖 ごま油	玉ねぎ キャベツ しめじ パセリ トマト缶 枝豆	枝豆おかか おにぎり	522
22	水	雑穀ごはん 鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン 牛乳	鶏レバー かまぼこ 牛乳 卵	白米 雑穀米 ビーフン 砂糖 バター	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン りんご缶	りんごケーキ	468
23	木	おたのしみメニュー	焼きのり	白米		のり巻き おにぎり	120
24	金	キーマカレー 野菜サラダ 牛乳	合挽肉 大豆 牛乳 チーズ スキムミルク	白米 カレールウ カレー粉 じゃがいも 油 砂糖 ミックス粉	玉ねぎ 人参 にんにく トマトピューレ ブロッコリー キャベツ きゅうり トマトケチャップ	ピザ 蒸しパン	530
25	土	親子丼 野菜の磯和え	鶏こま肉 卵 刻みのり	白米 砂糖 油	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ねぎ キャベツ もやし	おかし	350
27	月	わかめごはん タイピーエン 野菜のナムル	わかめ かまぼこ 豚こま肉 キクラゲ 卵	白米 はるさめ 油 ごま油 砂糖 薄力粉 ごま バター	干椎茸 玉ねぎ 人参 たけのこ 白菜 もやし ほうれん草	ごまクッキー	511
28	火	雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き 蓮根とブロッコリーの和え物	豚こま肉 じゃこ 鮭フレーク	白米 雑穀米 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 ブロッコリー れんこん 小松菜	鮭おにぎり	485
29	水	ごはん 麻婆豆腐 野菜の中華和え	豆腐 合いびき肉 味噌 牛乳 スキムミルク	白米 片栗粉 油 ごま 砂糖 ごま油 ミックス粉	玉ねぎ 人参 しょうが キャベツ きゅうり いちごジャム	イチゴジャム 蒸しパン	564
30	木	麦ごはん チキンカツ 野菜の梅サラダ 牛乳	鶏ささみ 牛乳 スキムミルク 卵	白米 押麦 薄力粉 パン粉 油 ミックス粉 バター 砂糖 チョコチップ	トマトケチャップ 大根 人参 きゅうり ねり梅	チョコチップ スコーン	596
31	金	きのこスパゲティ キャベツとツナのサラダ 牛乳	ベーコン かつお節 ツナ 牛乳	スパゲティ マヨネーズ 砂糖 白米	しめじ 玉ねぎ ほうれん草 にんにく 小ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ゆかり	ゆかりおにぎり	520

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります

●主な材料だけを表示してあります

●献立及び材料は変更する場合があります。



『おせち料理』

色とりどりのおせち料理は、見ているだけで気持ちが華やぎます。見た目の美しさだけでなく、かずのこは「子孫繁栄」、鯛は「めでたい」、昆布は「よろこぶ」など、それぞれの食材に意味があります。意味を知ること、おせち料理をより身近に感じてくれればと思います。一年の幸せを願って、ご家族と一緒に味わえるといいですね。



『七草粥』

新春の1月7日に「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのぎ・すずな・すずしろ」の春の七草をお粥に入れて食べる習慣があります。一年の無病息災を願って食べられます。また、正月のごちそうで疲れた胃を休めるのにもぴったりです。

1月7日、園では七草風ごはんを提供します。



『お弁当デー』

1月9日はお弁当デーになります。お弁当、水筒、お箸の用意をお願いします。0, 1歳児クラスは園でお茶とスプーンとフォークを用意します。