

2025年



1月予定献立表



げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		どうようび	
～新年あけましておめでとうございます～ 1年の始まりは、おせち料理や郷土料理を食べることが多いですね。保育園でも年初めの日は、お正月メニューを予定しております。 今年も行事食をたくさん取り入れ、食に興味を持ってもらえるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。				1日	正月休み	2日	正月休み	3日	正月休み	4日	正月休み
6日 ☆正月メニュー☆504kcal		7日 506kcal		8日 530kcal		9日 501kcal		10日 476kcal		11日 534kcal	
ごはん 筑前煮 さつまいものきんとん風 みかん 雑煮風 鶏肉・人参・里芋・椎茸・蓮根・牛蒡・さつま芋・みかん・大根・小松菜 ♡おやつ♡ 黒豆パンケーキ		ごはん 魚の焼き浸し じゃが芋のツナ煮 ポパイサラダ 麻婆汁 鮭・大根・じゃが芋・ツナ・グリーンピース・ほうれん草・ベーコン・ひじき・コーン・鶏挽肉・豆腐 ♡おやつ♡ キャラメルお麩ラスク		ミートソーススパゲティ ブロッコリーのおかか和え バナナ 中華スープ パスタ麺・合挽肉・玉葱・椎茸・人参・トマト缶・ブロッコリー・もやし・バナナ ♡おやつ♡ しらすとわかめおにぎり		ごはん 魚のカレームニエル 高野豆腐のみたらし風 わかめサラダ 飛鳥汁 白身魚・高野豆腐・ツナ・わかめ・キャベツ・もやし・胡麻・牛乳・鶏挽肉 ♡おやつ♡ さつま芋とりんご煮		五目ちらし寿司風 南瓜とチーズのサラダ 雷汁 鶏肉・椎茸・蓮根・人参・油揚げ・ほうれん草・干し海老・胡麻・南瓜・胡瓜・コーン・カッテージチーズ ♡おやつ♡ 白玉ぜんざい		中華丼 コロコロサラダ 豚肉・人参・白菜・椎茸・小松菜・トマト・胡瓜・チーズ ♡おやつ♡ くまさんケーキ	
13日 成人の日		14日 555kcal		15日 ☆小正月☆476kcal		16日 468kcal		17日 474kcal		18日 460kcal	
		ごはん 焼き肉炒め 白菜のミルク煮 五目納豆 トマトとコーンのスープ 牛肉・ピーマン・人参・キャベツ・玉葱・白菜・ベーコン・しめじ・納豆・小松菜・椎茸・しらす・トマト・コーン ♡おやつ♡ 米粉ときなこのスノーボール		ごはん ブリの照り焼き 金平ごぼう 紅白なます 豚汁 鮭・牛蒡・人参・胡麻・大根・豚肉 ♡おやつ♡ みかんヨーグルト		食パン タンドリーチキン スイートポテトサラダ りんご 豆乳スープ 食パン・鶏肉・ヨーグルト・さつま芋・胡瓜・ハム・コーン・りんご・豆乳 ♡おやつ♡ 青菜と塩昆布のおにぎり		ごはん 魚の味噌チーズ焼き 蓮根と挽肉のチャプチェ マカロニサラダ きのこ汁 鮭・チーズ・合挽肉・春雨・蓮根・にら・胡麻・マカロニ・胡瓜・人参・ツナ・油揚げ・椎茸・しめじ・えのきだけ ♡おやつ♡ フルーツポンチ		タコライス 小松菜とツナのゴママヨナムル 合挽肉・人参・玉葱・ピーマン・レタス・トマト・チーズ・小松菜・もやし・ツナ・胡麻 ♡おやつ♡ きなこ棒	
20日 512kcal		21日 490kcal		22日 478kcal		23日 505kcal		24日 491kcal		25日 542kcal	
ごはん 豚肉とブロッコリーのカレーソテー 赤しそ粉ふき芋 納豆和え けんちん汁 豚肉・玉葱・ブロッコリー・じゃが芋・納豆・小松菜・白菜・塩昆布 ♡おやつ♡ コロコロりんごパンケーキ		ごはん 魚のクリームソースかけ そうめんチャンプル 海藻ごま味噌サラダ ポトフ 鮭・玉葱・牛乳・素麺・ツナ・人参・ピーマン・キャベツ・コーン・わかめ・ひじき・胡麻・鶏挽肉 ♡おやつ♡ マカロニきなこ		ごはん おからのミートローフ 根菜シャキシャキサラダ バナナ ぼかぼか生姜入り味噌汁 合挽肉・おから・玉葱・牛乳・蓮根・大根・胡瓜・人参・胡麻・バナナ ♡おやつ♡ ヨーグルト		ごはん 魚のチーズパン粉焼き 高野豆腐のカレー麻婆 パンサンスー コーンスープ 白身魚・粉チーズ・高野豆腐・鶏挽肉・玉葱・春雨・胡瓜・人参・もやし・しらす・コーン・牛乳 ♡おやつ♡ つぶつぶみかんゼリー		白菜と挽肉のあんかけ丼 ごぼうサラダ いものこ汁 鶏挽肉・白菜・長葱・牛蒡・ハム・胡瓜・人参・里芋 ♡おやつ♡ サクサククッキー		すき焼き風煮込みうどん コールスローサラダ うどん麺・豚肉・糸蒟蒻・人参・椎茸・玉葱・白菜・キャベツ・コーン ♡おやつ♡ きつねおにぎり	
27日 562kcal		28日 461kcal		29日 498kcal		30日 523kcal		31日 461kcal			
ごはん 高野豆腐入り酢豚 ひじきの煮物 大根サラダ 中華スープ 豚肉・高野豆腐・玉葱・人参・椎茸・ピーマン・ひじき・油揚げ・グリーンピース・大根・胡瓜・ツナ ♡おやつ♡ 黒糖丸ぼうろ		根菜チキンカレーライス ほうれん草のナムル みかん そうめん汁 鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・大根・ほうれん草・もやし・胡麻・みかん・素麺 ♡おやつ♡ ジャムヨーグルト		ごはん 魚のごま味噌だれかけ 切干大根のナポリタン風 南瓜とさつま芋のコロコロサラダ 塩ちゃんこ汁 鮭・胡麻・切干大根・玉葱・ウインナー・コーン・ピーマン・南瓜・さつま芋・チーズ・胡瓜・鶏挽肉 ♡おやつ♡ 豆乳花		あんかけ焼きそば ブロッコリーとひじきのサラダ なめこのすまし汁 中華麺・豚肉・人参・博愛・玉葱・もやし・ピーマン・椎茸・ブロッコリー・ひじき・コーン・なめこ ♡おやつ♡ おかかおにぎり		ごはん 魚のピザ焼き 南瓜のそぼろ煮 キャベツとツナの中華酢和え 呉汁 白身魚・玉葱・ピーマン・チーズ・南瓜・鶏挽肉・キャベツ・ツナ・人参・胡瓜・大豆 ♡おやつ♡ りんごのコンポート			

※毎日チーズが提供されます。
※都合により献立を変更する場合がございます。