

# 2025年 1月献立表

※献立の後半の日付は、行事の関係で順不同となっております。  
 ※都合によりメニューが変更されることがあります。  
 ※(果物)は、幼児の果物はありません。  
 ※4日(土)は給食はお休みです。お弁当をご用意ください。

| 日・曜 | 6日(月)   | 7日(火)   | 8日(水)   | 9日(木)   | 10日(金)  | 11日(土)   | 14日(火)  | 15日(水)  | 16日(木)   | 17日(金)   | 18日(土)   | 24日(金)  | 27日(月)   |
|-----|---|---|---|---|---|--|---|---|--|--|--|---|--|
|     | 20日(月)  | 21日(火)  | 22日(水)  | 23日(木)  | 誕生会   | 25日(土)   | 28日(火)  | 29日(水)  | 30日(木)   | 31日(金)   | ♪  | ♪   | ♪  |
| 献立名 | ごはん<br>カレー肉じゃが<br>ひじきの白和え<br>三度豆の胡麻和え   | 卵とじうどん<br>厚揚げのそぼろあんかけ<br>かぼちゃのレモン煮  | ビビンバ<br>じゃがいものインド風煮<br>中華コンソメスープ  | ごはん<br>魚の西京焼き<br>きんぴらごぼう<br>さつまいものみそ汁   | ちらし寿司<br>黒豆の甘煮<br>豚汁  | 牛丼<br>小松菜とさつまいものみそ汁  | わかめごはん<br>ちゃんこ鍋<br>ブロッコリーのおかか和え   | ちゃんぽん風<br>ピーマンのしらす炒め<br>ウインナーポテト  | パン<br>コーンチャウダー<br>人参のみそマヨサラダ<br>チンゲン菜の中華炒め   | ごはん<br>厚焼き卵<br>さつまいもと大豆の甘辛炒め<br>のっぺい汁  | ケチャップライス<br>野菜のカレースープ  | ごはん<br>魚の甘酢あんかけ<br>ほうれん草としめじのおかか和え<br>キャベツの豆乳スープ  | ごはん<br>豆腐の中華煮<br>もやしの中華サラダ   |
| 材料名 | 米<br>豚肉<br>じゃがいも<br>人参<br>玉ねぎ<br>糸こんにゃく<br>青ねぎ<br>油<br>カレー粉<br>だしかつお<br>しょうゆ<br>砂糖<br>酒<br>みりん<br>ひじき<br>人参<br>豆腐<br>ほうれん草<br>砂糖<br>しょうゆ<br>だしかつお<br>三度豆<br>ごま<br>みりん<br>しょうゆ<br>砂糖 | うどん<br>油<br>鶏卵<br>鶏肉<br>人参<br>玉ねぎ<br>干し椎茸<br>青ねぎ<br>だし昆布<br>だしかつお<br>砂糖<br>みりん<br>しょうゆ<br>片栗粉 | 米<br>豚肉<br>人参<br>ほうれん草<br>もやし<br>にんにく<br>しょうが<br>みそ<br>しょうゆ<br>砂糖<br>酢<br>酒<br>油<br>ごま油 | 米<br>魚(さわら)<br>白みそ<br>酒<br>みりん<br>ごぼう<br>人参<br>砂糖<br>しょうゆ<br>みりん<br>ごま<br>ごま油<br>さつまいも<br>玉ねぎ<br>しょうゆ | 米<br>鶏肉<br>人参<br>きゅうり<br>かんぴょう(乾)<br>干し椎茸<br>しょうゆ<br>砂糖<br>酢<br>塩<br>きりのり<br>黒豆<br>砂糖<br>塩<br>しょうゆ<br>豚肉<br>玉ねぎ<br>大根<br>ごぼう<br>人参<br>じゃがいも<br>青ねぎ<br>みそ<br>だしかつお | 米<br>牛肉<br>糸こんにゃく<br>玉ねぎ<br>えのき<br>椎茸<br>人参<br>青ねぎ<br>しょうゆ<br>砂糖<br>みりん<br>酒<br>だしかつお<br>小松菜<br>さつまいも<br>しめじ<br>豚肉<br>青ねぎ<br>みそ<br>だしかつお | 米<br>人参<br>しょうゆ<br>砂糖<br>わかめ<br>塩<br>酒<br>魚(たら)<br>白菜<br>大根<br>人参<br>しろねぎ<br>豆腐<br>椎茸<br>だし昆布<br>だしかつお<br>みそ<br>しょうゆ<br>ブロッコリー<br>かつお節<br>みりん<br>しょうゆ | スパゲティ<br>油<br>豚肉<br>キャベツ<br>玉ねぎ<br>人参<br>干し椎茸<br>青ねぎ<br>ごま油<br>チキンスープ<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>ピーマン<br>もやし<br>しょうゆ<br>みりん<br>油<br>じゃがいも<br>ウインナー<br>ブロッコリー<br>コンソメ<br>塩<br>こしょう<br>油 | 麦ロール<br>玉ねぎ<br>じゃがいも<br>シュールマカロニ<br>マッシュルーム<br>鶏肉<br>グリーンピース<br>コーン<br>クリームコーン<br>豆乳<br>小麦粉<br>パセリ<br>油<br>コンソメ<br>塩<br>こしょう<br>砂糖<br>人参<br>もやし<br>きゅうり<br>ツナ<br>みそ<br>マヨドレ<br>砂糖<br>チンゲン菜<br>玉ねぎ<br>キャベツ<br>しめじ<br>豚肉<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>ごま油<br>にんにく<br>チキンスープ | 米<br>鶏卵<br>玉ねぎ<br>鶏挽肉<br>砂糖<br>塩<br>ピーマン<br>油<br>砂糖<br>コンソメ<br>ウインナー<br>玉ねぎ<br>しょうゆ<br>油<br>人参<br>キャベツ<br>かぼちゃ<br>みりん<br>コンソメ<br>カレー粉<br>塩<br>こしょう | 米<br>合挽肉<br>人参<br>玉ねぎ<br>マッシュルーム<br>ピーマン<br>油<br>砂糖<br>コンソメ<br>ケチャップ<br>トマト水煮<br>ウインナー<br>玉ねぎ<br>しょうゆ<br>油<br>人参<br>キャベツ<br>かぼちゃ<br>みりん<br>コンソメ<br>カレー粉<br>塩<br>こしょう | 米<br>魚(メルルーサ)<br>人参<br>玉ねぎ<br>えのき<br>椎茸<br>ピーマン<br>コンソメ<br>酒<br>砂糖<br>酢<br>塩<br>しょうゆ<br>ケチャップ<br>片栗粉<br>こしょう<br>砂糖<br>ごま油 | 米<br>豆腐<br>人参<br>豚肉<br>白菜<br>干し椎茸<br>たけのこ水煮<br>チンゲン菜<br>にんにく<br>チキンスープ<br>片栗粉<br>油<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>砂糖<br>ごま油 |
| 果物  | 果物  | 果物  | (果物)  | 果物  | 果物  | 果物   | 果物  | 果物  | (果物)   | 果物   | 果物   | 果物  | 果物   |
| おやつ | 市販菓子  | 七草がゆ  | 焼きそばパン  | ケーキサレ   | プリン   | 市販菓子   | チーズスティック  | ツナマヨおにぎり  | ブルーベリー<br>ヨーグルト  | 市販菓子   | 市販菓子   | 市販菓子  | 市販菓子   |
|     | 市販菓子  | 鮭わかめおにぎり  | フレンチトースト  | バナナケーキ  | ♪   | 市販菓子   | 豆腐ドーナツ  | 小松菜としらすの<br>おにぎり  | きなこ小豆の<br>スコーン   | 市販菓子   | ♪  | ♪   | ♪  |

※おやつには毎食牛乳がついています。  
 ※延長保育のおやつは、卵、乳不使用のせんべいやクラッカー、クッキーなどを提供しています。  
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。

|     | 6日(月)                      | 7日(火)  | 8日(水)   | 9日(木)   | 10日(金)                     | 11日(土)                            | 14日(火)   | 15日(水)                               | 16日(木)                   | 17日(金) | 18日(土) | 24日(金) | 27日(月) |
|-----|----------------------------|--|---|---|----------------------------|-----------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------|--------|--------|--------|--------|
|     | 市販菓子                       | 七草がゆ   | 焼きそばパン  | ケーキサレ   | プリン                        | 市販菓子                              | チーズスティック   | ツナマヨおにぎり                             | ブルーベリー<br>ヨーグルト          | 市販菓子   | 市販菓子   | 市販菓子   | 市販菓子   |
| おやつ |                            | 米<br>鶏肉<br>七草<br>人参<br>しょうゆ<br>塩<br>みりん<br>昆布<br>だしかつお | 麦ロール<br>中華麺<br>キャベツ<br>豚肉<br>ウスターソース<br>お好みソース<br>油 | ホットケーキミックス<br>ウインナー<br>豆乳<br>玉ねぎ<br>ブロッコリー<br>油 | 鶏卵<br>豆乳<br>砂糖<br>バニラエッセンス |                                   | 小麦粉<br>片栗粉<br>ベーキングパウダー<br>バター<br>塩<br>チーズ<br>牛乳 | 米<br>ツナ<br>マヨドレ<br>しょうゆ              | ヨーグルト<br>ブルーベリージャム<br>砂糖 |        |        |        |        |
|     | 20日(月)                     | 21日(火)   | 22日(水)  | 23日(木)  | ♪                          | 25日(土)                            | 28日(火)   | 29日(水)                               | 30日(木)                   | 31日(金) | ♪      | ♪      | ♪      |
|     | 市販菓子                       | 鮭わかめおにぎり   | フレンチトースト  | バナナケーキ  | ♪                          | 市販菓子                              | 豆腐ドーナツ   | 小松菜としらすの<br>おにぎり                     | きなこ小豆の<br>スコーン           | 市販菓子   | ♪      | ♪      | ♪      |
|     | 米<br>鮭<br>わかめ(乾)<br>塩<br>酒 | 食パン<br>鶏卵<br>牛乳<br>砂糖<br>バニラオイル<br>メープルシロップ            | ホットケーキミックス<br>鶏卵<br>砂糖<br>油<br>豆乳<br>バナナ            |   |                            | 豆腐<br>ホットケーキミックス<br>砂糖<br>豆乳<br>油 | 米<br>しらす干し<br>小松菜<br>塩                           | ホットケーキミックス<br>油<br>豆乳<br>きなこ<br>蒸し小豆 |                          |        |        |        |        |