

令和7年 1月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通						
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名	
4	土		キウイ 麦茶	年明けうどん	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 かまぼこ 葱 うどん麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	☆紅白なます	大根 人参 油揚げ 砂糖 醤油 酢	みかん	菓子 牛乳	菓子
6	月		ちりめん 麦茶	松風焼き	鶏ミンチ 玉葱 人参 れんこん 干し椎茸 葱 豆腐 卵 パン粉 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま	昆布煮	刻み昆布 人参 ちくわ 糸こんにやく いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	ふんわりきなこ 牛乳	麩 バター きなこ 砂糖
7	火		チーズ 麦茶	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリーンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	ひじきサラダ ふりかけ	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油 スキムミルク いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	バナナ	ミルクラスク 牛乳	食パン コンデンスミルク
8	水		キウイ 牛乳	☆牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにやく かまぼこ 葱 砂糖 醤油 煮干だし	小松菜のごま和え	小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	☆海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま
9	木		ヨーグルト 麦茶	鮭のきのこあんかけ	鮭 塩こしょう えのき しめじ 生椎茸 砂糖 醤油 片栗粉	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま	ミニトマト	南瓜蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス 南瓜 南瓜パウダー 砂糖 牛乳 スキムミルク
10	金		みかん 麦茶	中華丼	豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ 白菜 ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩
11	土		キウイ 麦茶	ひじきスパゲティ	ツナ缶 ひじき 玉葱 人参 ほうれん草 スパゲティ麺 油 鶏がらスープの素 醤油 みりん 塩こしょう	きのこ豆腐のスープ	えのき しめじ 生椎茸 豆腐 玉葱 人参 コンソメ 醤油 パセリ	チーズ	菓子 牛乳	菓子
14	火		バナナ 麦茶	カルシウムオムレツ	卵 鶏ミンチ ちりめん 玉葱 人参 しめじ 小松菜 油 塩こしょう スキムミルク チーズ ケチャップ	レバー煮 ふりかけ	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにやく ニラ ごま油 砂糖 醤油 いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	ミニトマト	黒ごまふんわりクッキー 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
15	水		ヨーグルト 麦茶	豚汁	豚肉 人参 ごぼう しめじ 大根 こんにやく さつま芋 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干だし	ハリハリ納豆	納豆 切干大根 人参 ほうれん草 砂糖 醤油 ごま	みかん	コーントースト 牛乳	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ
16	木		ちりめん 牛乳	そばろチャブチェ	鶏ミンチ 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	ささみの中華和え	ささみ キャベツ 胡瓜 人参 わかめ 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	おなかチーズおにぎり 麦茶	米 かつお節 チーズ 醤油
17	金		オレンジ 麦茶	冬野菜カレー	豚肉 玉葱 人参 しめじ かぶ 里芋 じゃが芋 ブロッコリー 油 カレールー スキムミルク	みかんサラダ	レタス みかん缶 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 油	キウイ	ねじりパイ 牛乳	冷凍パイシート こしあん
18	土		バナナ 麦茶	さつま芋グラタン	鶏肉 さつま芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	カラフルソテー	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	菓子 牛乳	菓子
20	月		キウイ 麦茶	魚のお好み焼き	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 キャベツ 葱 小麦粉 塩こしょう スキムミルク ソース マヨネーズ かつお節 青のり	すまし汁	玉葱 人参 豆腐 わかめ 薄口醤油 みりん かつお節 昆布	みかん	野菜マフィン 牛乳	ホットケーキミックス 玉葱 ほうれん草 ベーコン チーズ 卵 牛乳 スキムミルク
21	火		ヨーグルト 麦茶	☆豚肉と根菜の味噌煮	豚肉 ごぼう 玉葱 人参 干し椎茸 大根 里芋 こんにやく ちくわ いんげん 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	☆ちりめんの甘酢和え	ちりめん キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	シュガーラスク 牛乳	食パン バター グラニュー糖
22	水		みかん 牛乳	高野豆腐の チーズスクランブル	ウインナー チーズ 卵 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ グリーンピース 砂糖 醤油 スキムミルク	☆ひじききんぴら ふりかけ	ひじき れんこん 人参 糸こんにやく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	キウイ	昆布おにぎり 麦茶	米 塩昆布 かつお節 ごま
23	木		バナナ 麦茶	☆鶏肉の マーメレード焼き	鶏肉 マーメレードジャム 醤油 みりん	野菜のうま煮	里芋 人参 大根 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	ココアレーズン蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス ココア レーズン 砂糖 牛乳 スキムミルク
24	金		ちりめん 麦茶	チンジャオロース	牛肉 ピーマン 玉葱 人参 筍 えのき じゃが芋 厚揚げ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	☆いりこ大豆 牛乳	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま
25	土		キウイ 麦茶	あんかけラーメン	豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 中華麺 ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	菓子 牛乳	菓子
27	月		オレンジ 牛乳	☆鱈フライ オーロラソース	鱈 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ マヨネーズ	カリカリ ベーコンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	ミニトマト	肉味噌おにぎり 麦茶	米 豚ミンチ 味噌 砂糖 みりん 酒 青のり ごま
28	火		ヨーグルト 麦茶	肉じゃが風卵焼き	卵 牛ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 スキムミルク	海苔チーズ納豆	納豆 刻み海苔 粉チーズ 小松菜 砂糖 醤油	バナナ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩
29	水		キウイ 麦茶	大根入り麻婆豆腐	豚ミンチ 大根 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	さつま芋サンド 牛乳	食パン さつま芋 バター 砂糖 牛乳 スキムミルク
30	木		チーズ 麦茶	レバー入り おからハンバーグ	鶏ミンチ 鶏レバー おから 玉葱 人参 しめじ ピーマン 卵 パン粉 塩こしょう スキムミルク ケチャップ ソース	ブロッコリーソテー	ブロッコリー 玉葱 人参 ちりめん 油 砂糖 醤油	ミニトマト	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩
31	金		みかん 麦茶	☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにやく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	野菜のゆかり和え	キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 砂糖 醤油	キウイ	バナナホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス バナナ 牛乳 スキムミルク バター 粉糖

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります