



令和7年

# 1月の献立



向島保育園

曜日	主食	献立	材料	3時のおやつ
4 (土)		<b>希望保育</b>	<b>お弁当・水筒持参</b>	お菓子 お茶
6 (月)	ごはん	蹄の梅焼き 切干大根煮 麩のすまし汁 オレンジ	米 蹄 梅肉 みそ みりん 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん ふ 白菜 えのき 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 寝パン パター グラニュー糖 牛乳	スナックスライス 牛乳
7 (火)	ごはん	豚じゃが 胡瓜の酢の物 チーズ キウイ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん 胡瓜 じゃこ 春雨 わかめ 酢 砂糖 淡口しょうゆ チーズ キウイ 米 七草 塩 お茶	七草がゆ お茶
8 (水)	麦入りごはん	親子丼 こんにやくサラダ 焼きポテト グレープフルーツ	米 大麦 鶏肉 玉ねぎ 卵 人参 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 糸こんにやく 人参 胡瓜 ハム(卵) ごま マヨネーズ(卵) しょうゆ ポテト グレープフルーツ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
9 (木)	ごはん	揚げギョウザ 三色おひたし 大根と油あげのみそ汁 バイナップル	米 ギョウザ(魚介エキス) 油 ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ 大根 油揚げ なす 白ネギ 小松菜 だし汁 みそ バイナップル さつま芋 牛乳	焼き芋 牛乳
10 (金)	雑穀ごはん	ビーフカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 オレンジ	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ(牛脂) ブロッコリー カリフラワー チーズ りんご ヨーグルト マヨネーズ(卵) 味付け小魚 オレンジ ビスケット(卵) 牛乳	ビスケット 牛乳
11 (土)	うどん	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	
14 (火)	ごはん	野菜炒め 焼ししゃも(0.1才児しらす) さつま芋みそ汁 グレープフルーツ	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ビーマン しめじ 鶏ガラ しょうゆ ししゃも しらす さつま芋 玉ねぎ ごぼう ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ ホットケーキミックス 卵 牛乳 ココア 牛乳	ココアホットケーキ 牛乳
15 (水)	ロールパン	トマトポトフ ひじきサラダ キウイ	ロールパン(卵) 玉ねぎ ウインナー じゃが芋 人参 キャベツ しめじ トマト缶 ブイヨン(牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 かいわれ ツナ ひじき 胡麻ドレッシング(卵) キウイ きな粉菓子 牛乳	きな粉菓子 牛乳
16 (木)	ごはん	筑前煮 三度豆のごま和え えのきのすまし汁 オレンジ	米 鶏肉 人参 ごぼう レンコン こんにやく 絹さや 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 ごま 砂糖 しょうゆ えのき ほうれん草 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 塩せんべい 牛乳	塩せんべい 牛乳
17 (金)	雑穀ごはん	ポークカレー グリーンサラダ ヨーグルト バイナップル	米 雑穀 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(牛脂) キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング ヨーグルト バイナップル 小麦粉 パター 卵 砂糖 ベーキングパウダー 抹茶 ココア 紅茶 きな粉 牛乳	手作りクッキー 牛乳
18 (土)	うどん	肉うどん ゼリー パナナ	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
20 (月)	ごはん	鮭の塩麹焼き おから煮 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 キウイ	米 鮭 塩こうじ おから 鶏肉 油揚げ 人参 こんにやく ちくわ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん じゃが芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ メロンパン(卵) 牛乳	メロンパン 牛乳
21 (火)	ごはん	豚肉の生姜炒め にゅうめん 白菜のなめたけ和え オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 白菜 なめたけ(だし) オレンジ たご焼き(卵) ソース(だし) 牛乳	たご焼き 牛乳
22 (水)	麦入りごはん	ピピン丼 中華サラダ わかめスープ グレープフルーツ	米 大麦 合挽きミンチ 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 人参 もやし 塩 ごま油 グレープフルーツ 春雨 ハム(卵) 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ ごま油 わかめ 玉ねぎ 水菜 鶏ガラ 淡口しょうゆ ボン菓子 牛乳	ボン菓子 牛乳
23 (木)	ふりかけごはん	高野豆腐の含め煮 かき玉汁 アスパラのゆかり和え バイナップル	米 ふりかけ 高野豆腐 鶏肉 さつま芋 大根 人参 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん 卵 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ アスパラ ゆかりふりかけ バイナップル 小麦粉 卵 パター 砂糖 ベーキングパウダー パナナ メールジャム 牛乳	バナナメールパウンドケーキ 牛乳
24 (金)	雑穀ごはん	ビーフカレー 海藻サラダ チーズ キウイ	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ(牛脂) 海藻ミックス 白菜 ポン酢 チーズ キウイ どら焼き(卵) 牛乳	どら焼き 牛乳
25 (土)	スパゲティ	ミートスパゲティ ゼリー パナナ	スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 鶏ガラ パセリ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
27 (月)	ごはん	白身魚の西京焼き 小松菜の煮びたし 豆腐のみそ汁 オレンジ	米 白身魚 白みそ みりん 小松菜 人参 油揚げ だし 砂糖 しょうゆ みりん 豆腐 玉ねぎ 水菜 ねぎ だし汁 みそ オレンジ 肉まん 牛乳	肉まん 牛乳
28 (火)	ごはん	チキンの照り焼き きのこ汁 ほうれん草のかつお和え バイナップル	米 鶏肉 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ほうれん草 かつお節 しょうゆ えのき しめじ まいたけ ベーコン(卵) パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ バイナップル 羊かんぴ 牛乳	羊かんぴ 牛乳
29 (水)	ソフトフランス	たらこスパゲティ コーンサラダ オニオンスープ グレープフルーツ	ソフトフランス(卵) スパゲティ たらこ マヨネーズ(卵) しょうゆ キャベツ 胡瓜 水菜 コーン 和風ドレッシング 玉ねぎ パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ みかん缶 バイン缶 桃缶 パナナ キウイ 牛乳	フルーツ盛り 牛乳
30 (木)	鮭おにぎり	エビフライ(乳児 白身フライ) いちご マカロニサラダ もやしのすまし汁 ゼリー	米 鮭 エビ 小麦粉 卵 パン粉 白身フライ 油 ケチャップ 砂糖 マカロニ ハム(卵) 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ(卵) もやし 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー いちご ケーキ(卵) 牛乳	ケーキ 牛乳
31 (金)	雑穀ごはん	ハヤシライス ツナサラダ ヨーグルト キウイ	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース ハヤシルウ キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ 胡麻ドレッシング(卵) ヨーグルト キウイ ポト菓子 牛乳	ポト菓子 牛乳

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください(幼児クラス)



