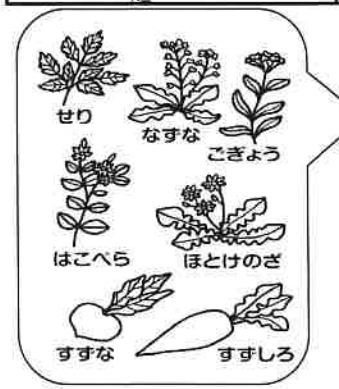
2025年01月の献立

献　立　表

石田保育園(普通食)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
6・20	7・21	8・22	9・23	24	11・25
ご飯　米 肉じゃが　豚肉　じゃがいも　たまねぎ　にんじん　グリンピース　油　かつお・昆布だし　カレー粉　しょうゆ　砂糖　本みりん 白菜サラダ　はくさい　にんじん　コーン　マヨドレ　しょうゆ（うすくち）　酢　砂糖 すまし汁　たまねぎ　えのきたけ　ほうれんそう　かつお・昆布だし汁　しょうゆ（うすくち）　本みりん	ご飯　米 さばの塩焼き　さば　食塩 ひじきとさつま芋の煮物　ひじき　さつまいも　にんじん　油　かつお・昆布だし汁　しょうゆ　みりん　砂糖　片栗粉 みそ汁　だいこん　にんじん　絹揚げ　かつお・昆布だし汁　みそ	ご飯　米 ポークチャップ　豚肉　たまねぎ　にんにく　ケチャップ　砂糖 コールスローサラダ　キャベツ　にんじん　コーン　マヨドレ　しょうゆ（うすくち）　酢　砂糖 スープ　じゃがいも　たまねぎ　昆布だし汁　マギーブイヨン	ひじきご飯　米　ひじき　にんじん　コーン　昆布だし汁　しょうゆ おでん風煮　鶏もも肉　だいこん　にんじん　じゃがいも　しらたき　ちくわ　かつお・昆布だし汁　しょうゆ　しょうゆ（うすくち）　本みりん　砂糖 みそ汁　こまつな　にんじん　かつお・昆布だし汁　みそ	ご飯　米 豆腐の落とし揚げ　鶏ひき肉　木綿豆腐　しらす干し　にんじん　ごま　片栗粉　しょうゆ（うすくち）　油 柿なます　かき　だいこん　にんじん　酢　砂糖 けんちん汁風　油揚げ　さといも　だいこん　にんじん　ねぎ　ごま油　かつお・昆布だし汁　しょうゆ　食塩	ウィンナーピラフ　米　ウインナーソーセージ　たまねぎ　にんじん　グリンピース　オリーブ油　昆布だし汁　マギーブイヨン　食塩 添え野菜／バナナ　ブロッコリー　食塩／バナナ スープ　キャベツ　コーン　昆布だし汁　マギーブイヨン
牛乳　牛乳 お好み焼き　豚肉　キャベツ　葉ねぎ　お好み焼き粉　水　お好み焼きソース　マヨドレ　あおのり	牛乳　牛乳 七草粥/ビスケット　21日　ジャムパン　米　せり　なずな　かぶ・葉　だいこん　食塩/ビスケット　食パン　りんご　レモン果汁　砂糖	牛乳　牛乳 かぼちゃもち　かぼちゃ　絹ごし豆腐　米粉　砂糖 おやつ煮干し　煮干し	牛乳　牛乳 ツナそぼろおにぎり　米　ツナ油漬缶　しょうゆ　砂糖	牛乳　牛乳 鬼まんじゅう　さつまいも　小麦粉　ベーキングパウダー　砂糖　食塩	牛乳　牛乳 せんべい　しょうゆせんべい
27	14・28	15・29	16・30	17・31	4・18
ご飯　米 鰤の香味焼き　ぶり　にんにく　しょうが　葉ねぎ　ごま油　しょうゆ　本みりん 小松菜の煮浸し　こまつな　にんじん　油揚げ　かつお・昆布だし汁　しょうゆ（うすくち）　本みりん みそ汁　さつまいも　だいこん　ねぎ　かつお・昆布だし汁　みそ	ほうとううどん　ゆでうどん　油　豚肉　油揚げ　かぼちゃ　はくさい　ねぎ　しめじ　かつお・昆布だし汁　みそ　砂糖　しょうゆ（うすくち）　本みりん キャベツの磯あえ　キャベツ　にんじん　しょうゆ　ごま　あおのり みかん　みかん	ご飯　米 厚揚げのそぼろあん　絹揚げ　かつお・昆布だし汁　しょうゆ　本みりん　豚ひき肉　たまねぎ　にんじん　えのきたけ　油　かつお・昆布だし汁　水　しょうゆ　酒　みりん　片栗粉 たたきごぼう　ごぼう　砂糖　酢　しょうゆ　ごま みそ汁　もやし　にんじん　生わかめ　かつお・昆布だし汁　みそ	ご飯　米 鶏肉のさっぱり煮　鶏もも肉　昆布だし汁　しょうゆ（うすくち）　酢　砂糖 白菜のおかか和え　はくさい　こまつな　にんじん　油揚げ　しょうゆ（うすくち）　砂糖　かつお節 みそ汁　かぼちゃ　しめじ　かつお・昆布だし汁　みそ	ご飯　米 鮭のごま焼き　さけ　しょうゆ　砂糖　本みりん　ごま かぼちゃサラダ　かぼちゃ　にんじん　きゅうり　干しぶどう　マヨドレ みそ汁　もやし　ほうれんそう　かつお・昆布だし汁　みそ	ツナカレー　ツナ油漬缶　たまねぎ　にんじん　じゃがいも　オリーブ油　カレールウ 切干大根サラダ　切干大根　ほうれんそう　にんじん　しょうゆ（うすくち）　酢　砂糖　油 りんご　りんご
牛乳　牛乳 中華おこわおにぎり　米　もち米　鶏ひき肉　しょうが　にんじん　干ししいたけ　ごま油　酒　しょうゆ（うすくち）　食塩	牛乳　牛乳 ぜんざい　白玉粉　絹ごし豆腐　あずき　砂糖	牛乳　牛乳 ツナマヨ蒸しパン　ツナ油漬缶　マヨドレ　小麦粉　ベーキングパウダー　砂糖　豆乳　油	牛乳　牛乳 さつまいもクッキー昆布　さつまいも　小麦粉　片栗粉　油　砂糖　昆布　食塩　油	牛乳　牛乳 おからドーナッ　バナナ　おから　小麦粉　ベーキングパウダー　砂糖　豆乳　油	牛乳　牛乳 ビスケット　ビスケット



栄養目標量　乳児420kcal・幼児570ｋcal（完全給食　おやつを含む）

やむをえずメニューを変更する時があるかもしれません。

☆7日行事食・・・【七草がゆ】せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの春の七草が入ります。

☆14日行事食・・・【鏡開き】　白玉団子をお餅に見立てたぜんざいを食べます。

10（金）　【お楽しみ献立】	
ごはん	米　しそふりかけ
松風焼き	鶏ひき肉　木綿豆腐　たまねぎ　片栗粉　みそ　酒　みりん　ごま　あおのり
紅白なます	だいこん　にんじん　酢　砂糖
京風雑煮風みそ汁	きんときにんじん　だいこん　ほうれんそう　さといも　かつお・昆布だし汁　白みそ
牛乳	牛乳
黒豆米粉蒸しパン	黒豆　砂糖　米粉　ベーキングパウダー　豆乳　油　砂糖　さつまいも