



# 1月給食献立予定表

令和7年度プレハナ リコども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
5 月		ドライカレー わかめスープ ゼリー	星たべよ (赤ちゃんせんべい)	豚肉	米	たまねぎ、にんじん、白ねぎ、わかめ	346	新年あけましておめでとうございます！
							433	今年もよろしくお願いします。
							480	お正月メニューです。
6 火		松風焼き フルーツなます 茶わん蒸し	パウムクーヘン (赤ちゃんビスケット)	鶏卵、鶏肉、かまぼこ、味噌 上白糖	米、パン粉、ごま、油 上白糖	たまねぎ、だいこん、りんご、きゅうり みかん缶、しいたけ、ほうれん草 しょうが	601	
							441	無病息災を祈って
							552	七草汁を提供します。
7 水		鱈のゆず香り焼き きゅうりのじやこ和え 七草汁	もちもちチーズパン (赤ちゃんクラッカー)	牛乳、さわら、しらす干し 粉チーズ	米、白玉粉、上白糖、油	きゅうり、はくさい、にんじん、だいこん しめじ、葉ねぎ、ゆず	336	年長みくりちゃんの リクエストメニューです♪
							412	
							421	
8 木		ミートソーススパゲティ チキンナゲット キャベツスープ	悪魔風おにぎり (おかゆ)	牛乳、チキンナゲット、豚肉 ハム、かつお節	米、上白糖、油、天かす スパゲティ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、青のり トマト缶	527	
							529	
							529	
9 金		マーボー豆腐 切干大根のナマル 中華スープ	Caせんべい (赤ちゃんクッキー)	牛乳、木綿豆腐、豚肉 鶏卵、味噌、かにかま	米、上白糖、片栗粉、ごま ごま油	たまねぎ、きゅうり、にんじん、しいたけ チンゲン菜、切干大根、にんにく しょうが	423	鏡開きを行います。
							529	おしるこに入るかな？
							529	
14 水		カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	いちごのパンナコッタ (ゼリー)	牛乳、豚肉、ハム、ゼラチン 生クリーム	米、じゃがいも、上白糖 油	たまねぎ、きゅうり、にんじん、らっきょう レモン果汁、いちごジャム	456	年長こせいくんの リクエストメニューです♪
							571	
							571	
15 木	愛情弁当の日							
16 金		鯖のおろし煮 キャベツの甘酢和え 豆腐の味噌汁	ココア蒸しケーキ (蒸しケーキ)	牛乳、さば、木綿豆腐 鶏卵、味噌、練乳	米、小麦粉、上白糖 グラニュー糖、油	だいこん、みかん缶、きゅうり キャベツ、しめじ、葉ねぎ	475	
							594	
							594	
19 月		ささみチーズフライ わかめとコーンのサラダ えのきともやしのスープ	マカロニあべかわ (赤ちゃんせんべい)	牛乳、ベーコン、きな粉 ささみチーズフライ	米、マカロニ、上白糖、油 とうもろこし	もやし、えのきたけ、きゅうり、わかめ にんじん、葉ねぎ	382	
							491	
							491	
20 火		鮭の変わり西京焼き ひじき煮 けんちん汁	にゅうめん (にゅうめん)	牛乳、さけ、大豆、木綿豆腐 豚肉、なると、油揚げ 味噌、バター、ちくわ	米、そうめん、上白糖 マヨネーズ、油	にんじん、ひじき、ごぼう、葉ねぎ	413	寒い季節は温かい
							517	にゅうめんがおいしいですね。
							517	
21 水		肉団子と春雨のスープ煮 カレー風味リヨネーズボテト ヨーグルト	豆腐ドーナツ (ホットケーキ)	牛乳、ヨーグルト、豚肉 木綿豆腐、ベーコン、鶏卵 バター	米、じゃがいも、はるさめ、油 パン粉、ホットケーキ粉 グラニュー糖	たまねぎ、にんじん、はくさい、しいたけ	549	
							687	
							687	
22 木		ハンバーグ ちりめんと千切り野菜のサワー 玉ねぎの味噌汁	ミレービスケット (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵 味噌、しらす干し、油揚げ	米、上白糖、パン粉、油	たまねぎ、きゅうり、にんじん、切干大根 葉ねぎ、ゆかり	468	
							586	
							586	
23 金		食パン ツナとマカロニのグラタン レタススープ みかん	五平餅風おにぎり (ステイックパン)	牛乳、ツナ、バター、味噌 ベーコン、粉チーズ	米、食パン、マカロニ 小麦粉、三温糖、パン粉 すりごま、どうもろこし	たまねぎ、にんじん、レタス、青のり みかん	433	
							542	
							542	
26 月		厚揚げの酢豚風 たたききゅうり スープ	バナナ (バナナ)	牛乳、鶏肉、厚揚げ	米、上白糖、油、ごま油 小麦粉	きゅうり、たまねぎ、にんじん、バナナ わかめ、葉ねぎ、しいたけ、バイン缶	391	酢豚の豚肉の代わりに
							489	厚揚げを使用した
							489	新メニューです
27 火		しいらのバターしょうゆ焼き プロッコリーときのこのサラダ 小松菜の味噌汁	ミニたいやき (赤ちゃんせんべい)	牛乳、しいら、味噌、バター 油揚げ	米、上白糖、小麦粉 ごま油、たい焼き	ブロッコリー、たまねぎ、こまつな きゅうり、にんじん、しめじ、葉ねぎ えのきたけ	414	
							518	
							518	
28 水		お楽しみ給食	お楽しみおやつ (赤ちゃんクッキー)	牛乳、ちくわ、豚肉、味噌 ヨーグルト、木綿豆腐	うどん、ホットケーキ粉 じゃがいも、油、てんぶら粉 上白糖、ごま油	だいこん、にんじん、葉ねぎ、しいたけ 青のり、バナナ、りんご	488	お楽しみ給食の繪本は
							610	「うどんのうやん」と 「のさまがぶたまん」です☆
							610	
29 木		鶏肉のマスタード焼き ほうれん草のレモン酢 大根の味噌汁	じゃがいももち (ふかし芋)	牛乳、鶏肉、味噌、バター 油揚げ、かつお節	米、じゃがいも、片栗粉 小麦粉、上白糖、油	ほうれんそう、だいこん、キャベツ にんじん、しめじ、葉ねぎ、レモン果汁	456	
							571	
							571	
30 金		しいたけんぶり ツナときゅうりの酢の物 麩のすまし汁	ちんすこう (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、ツナ、油揚げ	米、小麦粉、油、三温糖 上白糖、麩、ごま	たまねぎ、きゅうり、にんじん、葉ねぎ えのきたけ、しいたけ、わかめ	498	
							623	
							623	

\*エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です \*おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

