



# 1月 給食予定献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)



2025年

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
6	月	年明けうどん 花野菜のごまごし ベビーチーズ 黄桃缶	焼きおにぎり	鶏肉・わかめ ベビーチーズ	うどん・花麩/すりごま 砂糖/米	ねぎ/ブロッコリー・カリフラワー 人参/黄桃缶	だし・醤油・みりん	389
7	火	七草ごはん タラの付け焼き 根菜とツナの炒め煮 いちごゼリー	のり塩ポテト	タラ/ツナ缶/いちごゼリー あおのり粉	米/油/砂糖/じゃが芋	七草・連根・ごぼう・大根・人参 グリーンピース	塩・醤油・みりん・だし	508
8	水	そばろ丼 じゃが芋の煮っころがし 具沢山のみそ汁 リンゴ	ホットケーキ	鶏肉/油揚げ・みそ	米・油・砂糖/じゃが芋 ケーキミックス・シロップ	しょうが・ほうれん草・人参 もやし・ごぼう・ねぎ/りんご	みりん・醤油・だし	521
9	木	鶏の照り焼き 黒豆 玉子焼き ごはん 具沢山のすまし汁 パイナップル	オレンジゼリー	鶏肉/黒豆/厚焼きたまご ゼリーの素	油/米	しょうが/青菜・白菜・椎茸 パイナップル	醤油・みりん・だし・塩	511
10	金	ハッシュドポーク コーンと白菜のサラダ ポイルドウィンナー キャンディチーズ	ドーナツ	豚肉/ウィンナー キャンディチーズ	米・油 ブラウンシチュールウ ドーナツ	玉葱・椎茸・グリーンピース/コーン 白菜・赤パプリカ	手作りドレッシング	677
14	火	白身魚フライ 切干大根の炒め煮 ごはん 麩と玉葱のすまし汁 プチゼリー	フルーチェ(いちご)	白身魚フライ/油揚げ プチゼリー/牛乳	油/砂糖/米/麩 フルーチェの素	切干大根・人参・インゲン/玉葱	醤油・みりん・だし	530
15	水	衣笠丼 青菜と白菜のお浸し 豆腐と若布のみそ汁 食べる小魚	サーターアングギー	卵・油揚げ/木綿豆腐 わかめ・みそ/食べる小魚	米・砂糖・油・片栗粉 ケーキミックス	玉葱・椎茸・青ネギ/青菜・白菜 人参	みりん・醤油・だし	573
16	木	お野菜たっぷりソース焼きそば 揚げ餃子 ふかし芋 みかん	きな粉マカロニ	豚肉/餃子/きな粉	焼きそば・油/さつま芋 マカロニ・砂糖	キャベツ・もやし・人参・ピーマン コーン・木耳/みかん	ソース・塩	646
17	金	バターロールパン パンプキンシチュール ツナサラダ オレンジ	ゆかりおにぎり	豚肉・牛乳/ツナ缶	ロールパン/油・シチュールウ 米	南瓜・玉葱・人参・インゲン レタス・キャベツ/胡瓜/オレンジ ゆかりの素	手作りドレッシング	450
20	月	ホッケの照り焼き 三色野菜のごまあえ ごはん 具沢山のみそ汁 パイナップル	ハッシュドポテト	ホッケ/油揚げ・みそ	砂糖・油/すりごま/米 ハッシュドポテト	青菜・キャベツ・人参/大根 ごぼう・糸蒟蒻・ねぎ パイナップル	醤油・みりん・だし	485
21	火	ハンバーグ スチームドブロッコリー ベイクドポテト ごはん お野菜たっぷりスープ リンゴ	メープルケーキ	ハンバーグ	油/じゃが芋/米/ケーキミックス シロップ	ブロッコリー/南瓜・玉葱・人参 インゲン・コーン/りんご	ケチャップ・ソース・コンソメ 塩・こしょう	640
22	水	チキンカツ いろいろ野菜のサラダ ごはん もやしと油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	ジャムサンド	チキンカツ/油揚げ・みそ キャンディチーズ	油/米/食パン いちごジャム	大根・胡瓜・玉葱・人参・コーン もやし	マヨドレ・だし	637
23	木	五目ごはん 関東煮(厚揚げ・ちくわ・大根) さつま芋の天ぷら 玉葱と若布のみそ汁 オレンジ	ピーチゼリー	米・発芽玄米・豆プラス・ごぼう・人参・椎茸・醤油・みりん・だし・砂糖 厚揚げ・ちくわ・大根・醤油・だし・砂糖・みりん/さつま芋・小麦粉・油 玉葱・わかめ・みそ・だし/オレンジ/ゼリーの素				478
24	金	お野菜たっぷりとんこつラーメン ーロレバークツ ひじき豆 黄桃缶	バームクーヘン	豚肉/レバークツ/ひじき 大豆	ラーメン/油/砂糖 バームクーヘン	青菜・もやし・人参・コーン・木耳 黄桃缶	豚骨ラーメンの素・醤油 みりん・だし	549
27	月	メンチカツ 春雨の華風和え ごはん 中華スープ プチゼリー	レモンケーキ	むちカツ/ツナ缶/わかめ プチゼリー	油/春雨・ごま油・砂糖/米 ケーキミックス	キャベツ・コーン・人参/しめじ 豆腐/レモン	醤油・中華味	585
28	火	ぶりのコロコロ竜田揚げ 白菜と人参のごまあえ ごはん 豚汁 食べる小魚	ブルーベリーヨーグルト	ぶり/油揚げ/豚肉 木綿豆腐・みそ 食べる小魚/ヨーグルト	片栗粉・油/すりごま・砂糖 米/里芋・ごま油 ブルーベリージャム	しょうが/白菜・人参/ごぼう ねぎ	醤油・みりん・だし	483
29	水	肉じゃがコロケ マカロニサラダ ごはん きのこと入りコンソメスープ バナナ	おかかおにぎり	肉じゃがコロケ 花かつお	油/マカロニ/米	胡瓜・赤パプリカ・黄パプリカ コーン/えのき・椎茸/バナナ	マヨドレ・コンソメ 醤油	630
30	木	ミートソースパゲティ エビとキャベツのマリネ風 コンソメスープ ホイップonリンゴのケーキ	ふかし芋	牛肉・豚肉/むきえび わかめ/ホイップクリーム	スパゲティ・油 ケーキミックス・砂糖 さつま芋	にんにく・玉葱・人参・椎茸 グリーンピース・トマト水煮 キャベツ/コーン/りんご	塩・こしょう・ソース ケチャップ 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング コンソメ	564
31	金	カレーライス(麦ごはん) 炒り玉子 コールスロー みかん	手作りクッキー	豚肉/卵	米・押麦・油・じゃが芋 カレールー/小麦粉・砂糖 油	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/みかん	塩・こしょう 8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング バニラエッセンス	711

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いたします。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:556kcal 脂質:16.5g たんぱく質:15.8g 炭水化物:88.7g

食塩相当量:1.7g