

# 2025年1月 献立表

# かんのん町保育園

## 【新しく取り入れる旬の食材】



- ・いちご（16日）
- ・しそ（ゆかり）（16日）
- ・さわら（31日）
- 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります

乳児の朝のおやつは  
毎日牛乳です



今月のくだものは  
「りんご・みかん・みかん缶」です。

- ・ 16日は誕生日会です。
- ・ 28日は多文化おやつです。
- ・ 31日は節分行事食です。

※納品の関係により、変更することがあります。  
マヨネーズはアレルギー不使用のものを使用します。  
※16日のマスはサケと同じサケ科なので初めての食材としての取り扱いはしていません。ご了承下さい。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	元日					
2	木	年始休園					
3	金	年始休園					
4	土	ごはん ツナじゃが 切干大根サラダ 味噌汁(玉ねぎ・キャベツ) みかん缶	ココア蒸しパン 牛乳	米、じゃがいも、さとう 油、ごま、ごま油 ホットケーキミックス	ツナフレーク みそ 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん 切干大根、きゅうり キャベツ、みかん缶	しょう油、出汁 酢、ココア ベーキングパウダー
5	日						
6	月	ツナカレー ひじきサラダドレッシング みかん缶	お麩のラスク 牛乳	米、じゃがいも 小麦粉、油 さとう、ごま、麩	ツナフレーク スキムミルク 牛乳	にんじん、たまねぎ、ひじき キャベツ、コーン みかん缶	カレー粉 コンソメ、ケチャップ ソース、塩 酢、しょう油
7	火	ごはん しょうが焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁(キャベツ・えのき) りんご	七草おにぎり 牛乳	米、さとう、油 ごま、ごま油	豚こま肉 高野豆腐 みそ 花鰹 牛乳	たまねぎ、しょうが 切干大根、にんじん キャベツ、えのき、りんご だいこん、小松菜	しょう油 料理酒、みりん 出汁
8	水	ごはん 松風焼き 三色なます すまし汁(麩・わかめ) みかん	フルーツきんとん 牛乳	米、さとう、パン粉 麩、さつまいも	豆腐 鶏ひき肉 みそ 牛乳	たまねぎ、にんじん、のり もやし、きゅうり わかめ、みかん、りんご レモン汁	塩、酢、出汁 しょう油
9	木	味噌煮込みうどん 鯖の塩焼き キャベツのごま和え みかん缶	コーンピラフ 牛乳	うどん、油、ごま さとう、米	豚こま肉 みそ、さば 牛乳	にんじん、たまねぎ、こまつな キャベツ、もやし、みかん缶 コーン	出汁、みりん、塩 しょう油、コンソメ
10	金	ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のおかか和え 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) りんご	おしるこ おせんべい 牛乳	米、さとう、さつまいも せんべい	鶏もも肉 花鰹、みそ 高野豆腐、小豆 牛乳	しょうが、はくさい、にんじん もやし、ねぎ、りんご	しょう油、みりん 出汁、塩
11	土	ごはん 生揚げの中華風煮 マカロニサラダ 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) みかん缶	スコーン 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、マカロニ エッグケアマヨネーズ じゃがいも、イチゴジャム ホットケーキミックス	厚揚げ 豚こま肉 みそ 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、にんにく しょうが、きゅうり みかん缶	しょう油、塩 出汁
12	日						
13	月	成人の日					
14	火	ごはん 皮なしシューマイ ツナピーマン炒め 味噌汁(大根・豆苗) みかん	チーズいももち 牛乳	米、片栗粉 油、じゃがいも	豚ひき肉、スキムミルク 鶏ひき肉、みそ ツナフレーク 豆乳、チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、しょうが もやし、ピーマン、だいこん 豆苗、みかん	塩、しょう油 コンソメ、カレー粉 出汁、ケチャップ
15	水	いちごジャムサンド ポークチャップ 白菜のフレンチサラダ 豆乳スープ(キャベツ・玉ねぎ) りんご	ひじきごはん 牛乳	食パン、イチゴジャム 油、さとう 米	豚こま肉 豆乳 油揚げ 牛乳	たまねぎ、しめじ、はくさい きゅうり、にんじん、キャベツ りんご、ひじき	ケチャップ、ソース コンソメ、酢、塩 みりん、しょう油
16	木	ゆかりご飯 マスフライ ささみとわかめのマヨサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	いちごのホットケーキ 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	マス、鶏ささみ 豆腐、みそ 豆乳、生クリーム 牛乳	にんじん、キャベツ、きゅうり ブロッコリー、わかめ、なめこ りんご、いちご	ゆかり 塩、ソース、出汁

【お誕生日会】

