



# 池坊保育園 2025年1月給食予定献立表



アレルギー表示

■小麦 \*そば ●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに



日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				午前おやつ (2歳児は牛乳のみの提供となります)		午後おやつ	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他				
6月		ごはん 照焼ハンバーグ フライドポテト ごぼうサラダ ビーンズスープ	■/▲ハンバーグ 大豆	ごぼう・人参・さやいんげん・コーン 玉ねぎ・ほうれん草	米(国産) 油・砂糖・でん粉 ポテトフライ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま	■醤油・本みりん ■醤油 ■チキンコンソメ	せんべい(里たべよ) お茶	■聖せんべい 麦茶	紅白蒸しパン お茶	■小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・ストロベリーソース 麦茶
7月	火	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼 コーンとほうれん草のソテー ツナマカロニサラダ スープ	鶏肉 ツナフレーク	しょうが ほうれん草・コーン ブロッコリー・人参 玉ねぎ・人参	米(国産) 油・砂糖 ■マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・とんかつソース・料理酒 ■チキンコンソメ ■チキンコンソメ	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク ▲牛乳	ぶどうザワーかん 牛乳	寒天・▲カルピス ぶどうジュース ▲牛乳
8月	水	麦入りごはん サバのみぞれ煮 小松菜の和え物 ごぼうとひじきのきんぴら ヨーグルト	さば ▲ヨーグルト	大根 小松菜・白菜・人参 ごぼう・ひじき・人参	米(国産)・押麦 でん粉・油・砂糖 砂糖 黒こんにゃく・油・砂糖	■醤油・だし だし・■醤油 だし・■醤油・本みりん	マカロニきなこ お茶	■マカロニ・きな粉 砂糖・塩 麦茶	せんべい(雪の宿) 牛乳	■/▲せんべい(雪の宿) ▲牛乳
9月	木	ごはん 回鍋肉 豆腐シューマイ 中華風卵スープ フルーツ(オレンジ)	豚肉・赤だしみそ ■豆腐しゅうまい ●卵	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく 人参・えのきたけ・わかめ オレンジ	米(国産) 油・砂糖 でん粉	料理酒・■醤油 中華だし・■醤油・塩	ウエハース 牛乳	■/▲マナウエハース ▲牛乳	小豆クッキー 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・粒あん 砂糖・油 ▲牛乳
10月	金	麦入りごはん フライドチキンカレー風味 ツナと白菜のサラダ ほうれん草と高野豆腐の煮浸し 味噌汁	鶏肉 ツナフレーク 凍り豆腐 味噌	にんにく 白菜・人参・ブロッコリー ほうれん草・人参 大根・わかめ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	塩・カレーパウダー ■醤油・本みりん・だし だし	ソフトせんべい 牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
11月	土	焼そば ブロッコリーのサラダ 味噌汁 フルーツ(バナナ)	豚肉 豆腐・味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン ブロッコリー・緑豆もやし・コーン 小松菜・人参 バナナ	■ラーメン・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・■お好み焼きソース だし	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳	やわらかおかし(のり塩) 牛乳	やわらかおかし(のり塩味) ▲牛乳
14日	火	麦入りごはん 白身魚のマヨドレ焼 ミニポテト ほうれん草のごま和え ミネストローネスープ	白身魚 鶏絲ひき肉	ほうれん草・ひじき・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参・トマトジュース	米(国産)・押麦 ■小麦粉・マヨネーズタイプ(卵不使用) ミニポテト・油 白ごま・砂糖	塩 だし・■醤油 ■チキンコンソメ	ビスケット(シガーフライ) お茶	■/▲シガーフライ 麦茶	ホットケーキメープルシロップ 牛乳	■▲ホットケーキミックス・▲牛乳・▲バター 砂糖・メープルシロップ ▲牛乳
15日	水	鶏肉と豆腐の中華卵とじ丼 小松菜と白菜のしらす和え さつま芋の天ぷら フルーツ(オレンジ)	鶏肉・豆腐・●卵 しらす	玉ねぎ・さやえんどう 小松菜・白菜・人参 オレンジ	油・砂糖・でん粉・米(国産)・調合ごま油 砂糖 さつま芋・■小麦粉・油	■醤油・本みりん・中華だし だし・■醤油	たべっこBABYビスケット 牛乳	■たべっこベイビービスケット ▲牛乳	おにぎりせんべい 牛乳	■●おにぎりせんべい ▲牛乳
16日	木	麦入りごはん サバの照焼 ほうれん草のお浸し じゃが芋きんぴら 味噌汁	さば 豚肉・油揚げ・味噌	ほうれん草・緑豆もやし・しめじ 人参・さやいんげん 大根・ごぼう・人参・青ねぎ	米(国産)・押麦 砂糖 砂糖 じゃが芋・油・砂糖・白ごま つきこんにゃく	■醤油・本みりん・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油・本みりん・料理酒 だし	チーズ お茶	▲チーズ 麦茶	お好み焼 牛乳	■小麦粉・●卵・豚肉・キャベツ・人参・いりこ だし・油・■お好み焼きソース・おまかせのり・かつお節 ▲牛乳
17日	金	ごはん 鶏肉の磯辺揚げ チンゲン菜のおかか和え かぼちゃの甘煮 味噌汁	鶏肉 かつお節 味噌	あおさのり チンゲン菜・白菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・人参	米(国産) ■小麦粉・でん粉・油 砂糖 砂糖 ■おつゆ鮓	■醤油・料理酒 だし・■醤油 だし・■醤油 だし	せんべい(白い風船) 牛乳	▲白い風船ミルククリーム ▲牛乳	小松菜マフィン お茶	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・小松菜 麦茶
18日	土	そぼろチャーハン 中華サラダ 中華スープ フルーツ(バナナ)	鶏絲ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース 小松菜・緑豆もやし・人参 えのきたけ・ニラ バナナ	調合ごま油・米(国産) 砂糖・調合ごま油	中華だし・塩・■醤油 ■醤油・酢 中華だし・■醤油・塩	ラムネ 牛乳	こどものラムネ ▲牛乳	ミニアスバラガス 牛乳	■アスバラガスビスケット ▲牛乳
20日	月	麦入りごはん ポークカルピソテー 蒸じゃが芋 春雨の中華和え フルーツ(りんご)	豚肉・■鶏レバー煮込み	玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・コーン・人参 りんご	米(国産)・押麦 油 じゃが芋 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	塩・■焼肉のたれ 酢・■醤油	せんべい(里たべよ) 牛乳	■聖せんべい ▲牛乳	ビスケット(エースコイン) 牛乳	■/▲エースコイン ▲牛乳
21日	火	ロールパン スリガティエポロネーゼ 大根のサラダ スープ デザート(野菜と果物のゼリー)	牛豚ひき肉・大豆たんぱく ツナフレーク	玉ねぎ・しょうが・にんにく・トマトジュース 大根・きゅうり・人参 玉ねぎ・ブロッコリー	■/▲ロールパン ■スリガティエ・オリーブ油・■小麦粉・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 野菜と果物のゼリー	トマトケチャップ・ウスターソース・■チキンコンソメ・酢 ■醤油・塩 ■チキンコンソメ	ウエハース 牛乳	■/▲マナウエハース ▲牛乳	お誕生会クッキー カルピス	■小麦粉・砂糖 油・粉糖 ▲カルピス
22日	水	鶏肉ときのこの和風カレー 元氣っ子サラダ さつま芋チップス フルーツ(オレンジ)	鶏肉 ▲チーズ・しらす・かつお節	玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ・えのきたけ・だし昆布 キャベツ・小松菜・人参 オレンジ	油・米(国産) 白ごま・油・砂糖 さつま芋・油	■カレーフレーク 酢・■醤油	せんべい(白い風船) お茶	▲白い風船ミルククリーム 麦茶	マスカットゼリー 牛乳	マスカットゼリー ▲牛乳
23日	木	麦入りごはん サバの塩こうじ焼 かぼちゃの煮物 ほうれん草と白菜の納豆和え 具だくさん味噌汁	さば 納豆 鶏肉・味噌	かぼちゃ ほうれん草・白菜 大根・人参・ごぼう・青ねぎ	米(国産)・押麦 油 砂糖	塩こうじ だし・■醤油・料理酒 ■醤油 だし	フルーツ(バナナ) 牛乳	バナナ ▲牛乳	ごまビスコッティ 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・オリーブ油 砂糖・白ごま・黒ごま ▲牛乳
24日	金	赤しそごはん きんぎょ豆腐 昆布と切干大根の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁	豆腐・●卵・鶏ひき肉 ツナフレーク 味噌	干しいたけ・ほうれん草 細切昆布・切干大根・人参 人参・コーン・グリーンピース 玉ねぎ・青ねぎ	米(国産) 砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 ■マカロニ・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) ■おつゆ鮓	ゆかり ■醤油・塩 ■醤油・本みりん・だし	たべるいりこ お茶	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん 麦茶	たべるいりこ (ちゅうりっぷ・以上児) いちごジャムクラッカー 牛乳	いりこ・白ごま・砂糖 ■醤油・本みりん ■クラッカー いちごジャム ▲牛乳
25日	土	野菜たっぷり醤油ラーメン 厚揚げとかぼちゃのそぼろ煮 フルーツ(バナナ)	豚肉 鶏絲ひき肉・生揚げ	白菜・玉ねぎ・チンゲン菜・人参 かぼちゃ・人参 バナナ	■ラーメン・油 油・砂糖	■醤油・中華だし・塩・■減塩醤油ラーメンスープ だし・■醤油・本みりん・料理酒	たべっこBABYビスケット 牛乳	■たべっこベイビービスケット ▲牛乳	せんべい(ほたはた焼) 牛乳	■ほたはた焼き ▲牛乳
27日	月	ごはん 鶏肉の味噌焼 ほうれん草とキャベツのおかか和え ひじきとさつま揚げの煮物 ずまし汁	鶏肉・味噌 かつお節 さつま揚げ 豆腐	ほうれん草・キャベツ ひじき・グリーンピース 玉ねぎ・人参	米(国産) 砂糖・油 砂糖 砂糖・調合ごま油	本みりん ■ほん酢・だし だし・■醤油・料理酒 だし・■醤油・塩	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク ▲牛乳	ごまちんすこう お茶	■小麦粉・白ごま 油・砂糖 麦茶
28日	火	麦入りごはん サバの竜田揚げ 白菜の塩昆布和え 切干大根と高野の煮物 味噌汁	さば 凍り豆腐 味噌	白菜・小松菜・人参・■塩昆布 切干大根・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・青ねぎ	米(国産)・押麦 でん粉・油 油・砂糖	■醤油・料理酒 ■醤油・料理酒・だし だし	チーズ お茶	▲チーズ 麦茶	せんべい(黒糖みるく) 牛乳	■黒糖みるくせんべい(雪の宿) ▲牛乳
29日	水	ごはん 鶏肉のオイスターソース煮 蒸さつま芋 チンゲン菜のごま和え 味噌汁	鶏肉 味噌	しょうが チンゲン菜・白菜 緑豆もやし・人参・わかめ	米(国産) ■小麦粉・砂糖 さつま芋 白ごま・砂糖	■オイスターソース・■醤油・料理酒 だし・■醤油 だし	ソフトせんべい 牛乳	■ソフトせんべい ▲牛乳	黒豆マフィン 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・油・■黒豆 ▲牛乳
30日	木	ごはん 豚肉の黒糖炒め 焼かぼちゃ 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	豚肉 凍り豆腐・●卵 油揚げ・味噌	しょうが・玉ねぎ・人参・ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ・しめじ・グリーンピース 白菜・人参	米(国産) でん粉・黒砂糖・油 砂糖	料理酒・■醤油 ■醤油・だし だし	ビスケット(シガーフライ) お茶	■/▲シガーフライ 麦茶	クラッカー 牛乳	■クラッカー ▲牛乳
31日	金	麦入りごはん 白身魚のオーロラ焼 粉ふき芋 ほうれん草ともよしの菜種和え 味噌汁	白身魚 ●卵 豆腐・味噌	ほうれん草・緑豆もやし 大根・人参・わかめ	米(国産)・押麦 ■小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) じゃが芋 調合ごま油	塩・トマトケチャップ 塩 ■醤油・本みりん・だし だし	ラムネ 牛乳	こどものラムネ ▲牛乳	黒糖かりんとう 牛乳	■小麦粉・ベーキングパウダー・粒あん 黒砂糖・油・砂糖 ▲牛乳



★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。