

令和7年度

1月分給食献立表

社会福祉法人えどがわ おひさま保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)
				血や肉をつくる 熱や力となる 体の調子をよくする
5・19	月	きつねうどん 揚げしゅうまい フルーツきんとん プリン	牛乳 ツナマヨおにぎり	ちくわ、かつお節、油揚げ、しゅうまい、牛乳 ツナ
6・20 ぶりかけの日	火	ごはん ほっけみりん焼 菊花和え 生揚げカレー煮 じやがいもと油揚げみそ汁	牛乳 キャラメルポテト	生揚げ、かつお節、油揚、みそ、牛乳
7	水	白菜中華あんかけごはん わかさき唐揚げ ブロッコリーサラダ かきたま汁	牛乳 スイートプール	鶏肉、なると、わかさき、チーズ、卵、豆腐 かつお節、牛乳
8・22	木	ごはん ポークストロガノフ いかくんサラダ 小松菜スープ	牛乳 肉まん	豚肉、生クリーム、さきいか、鶏肉、牛乳
9・23	金	さつまいもパン チキンソテークリームソース 粉ふき芋 チップスサラダ レンズ豆スープ 牛乳	お茶 ライスコロッケ	鶏肉、牛乳、ベーコン、レンズ豆
10・24	土	味噌ラーメン ツナはんぺんナゲット	牛乳 開口笑	豚肉、牛乳、砂糖、みそ、かつお節、ツナ、はんぺん チーズ、卵
13・26	火 ・ 月	ごはん 家常豆腐 シルバーサラダ 白菜スープ	牛乳 スペゲティナポリタン	豚肉、生揚げ、みそ、ハム、なると、かつお節 ワインナー、牛乳
14・27	水 ・ 火	キャロットパン 白身魚タンドリー風 人参とチーズサラダ コーンポタージュスープ みかん 牛乳	お茶 みそ焼きおにぎり	カレイ、ヨーグルト、チーズ、ベーコン、牛乳 みそ
15・29	木	長崎ちゃんぽん麺 鮭のマヨじやがグラタン バナナ	牛乳 フレンチトースト	豚肉、さつま揚げ、鮭、チーズ、牛乳、卵
16・28	金 ・ 水	ごはん ハンバーグ ブロッコリーとしめじソテー 切干大根の炒め煮 豆腐とわかめみそ汁	牛乳 ハムとチーズ蒸しパン	卵、豚肉、牛乳、ベーコン、ちくわ、かつお節 豆腐、油揚げ、みそ、チーズ、ハム
17・31	土	ピビンバ丼 チョレギサラダ じやがいもスープ	牛乳 たぬきうどん	豚肉、かつお節、牛乳
21 わくわく献立	水	ピタパン おひさまコロッケ カレーシチュー メキシカンサラダ	お茶 パインソース パンナコッタ	豚肉、チーズ、鶏肉、牛乳、生クリーム
30 お誕生日献立	金	くまさんチキンカレー 大根のみぞマヨサラダ 白菜スープ みかん	牛乳 たこあげケーキ	鶏肉、豆腐、チーズ、みそ、かつお節、牛乳
みんなの笑顔 みんなの未来		*3歳未満児	塩分(g)	エネルギー(kcal)
		*3歳以上児	1.7	443
			2	506
				たんぱく質(g)
				19.7
				22.2
				脂質(g)
				15.7
				16.7

*10時おやつ・・1・2歳児には牛乳がつきます。

※献立などは材料や仕入れの関係で変更する場合がございます。