



1月予定及び献立表



2025年12月19日
堀江敬愛保育園

★印は卵、●印は乳を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	木				
2	金				
3	土				
4	日				
5	月	3学期始業式 	★ちらし寿司 切干大根の煮物 すまし汁/ゼリー	人参、高野豆腐、干し椎茸、れんこん、いんげん、 錦糸卵 、桜でんぶ、のり、酢、三温糖、醤油、みりん 切り干し大根、平天、しらたき、人参、いんげん、醤油、みりん、三温糖 てまり麩 、わかめ、青ねぎ、醤油、塩/ ミニゼリー	肉まん 小麦粉 、玉葱、砂糖、豚肉 ●牛乳
6	火	身体測定 	菜飯／筑前煮 おかか和え みそ汁	菜飯の素 / 鶏肉、蓮根、ごぼう、人参、大根、筍、こんにゃく、いんげん、酒、醤油、三温糖 ほうれん草、白菜、人参、糸かつお、醤油、三温糖 わかめ、しめじ、青ねぎ、みそ	★●オレンジケーキ HM、バター、砂糖、 卵 、牛乳、マーマレード、BP ●牛乳
7	水	身体測定 体育あそび	ミートスパゲッティ ハムサラダ ●チーズ	スパゲティ 、合挽きミンチ、玉葱、人参、ピーマン、トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ、片栗粉 ハム、キャベツ、きゅうり、酢、三温糖、醤油 スティックチーズ	さつまいもぜんざい 小豆、さつまいも、砂糖、塩 ●牛乳
8	木	もちつき 	鯖缶の炊き込みご飯 豚汁 / 揚げしゅうまい フルーツ	鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、塩昆布、醤油、酒、みりん 豚肉、ごぼう、大根、さつまいも、人参、青ねぎ、みそ／ しゅうまいの皮 、鶏肉、 パン粉 みかん	●コロッケ 合い挽き肉、じゃが芋、 パン粉 ●牛乳
9	金	ミニ運動会 (いぬ・きりん)	★●パン/フルーツ 豆乳カレースープ コールスローサラダ	パン / パイン缶 ウインナー、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、 カレー 、 ルウ 、豆乳 キャベツ、胡瓜、コーン、人参、レーズン、酢、三温糖、醤油	おにぎり(わかめ・じゃこ) わかめご飯の素、ちりめんじゃこ ●牛乳
10	土	家庭の日 (幼児お弁当日)	焼きそば ブロッコリーの胡麻和え みそ汁	焼きそば 、豚肉、キャベツ、もやし、玉葱、人参、ソース ブロッコリー、人参、 ごま 、みりん、醤油、三温糖 豆腐、えのき、青ねぎ、みそ	★●塩サブレ 薄力粉 、バター、砂糖、 卵 、BP、塩 ●牛乳
11	日				
12	月	成人の日			
13	火	E～たいむ シーツ交換 (いぬ・くま)	鶏肉の甘辛揚げ／付野菜 高野豆腐とひじきの煮物 味噌汁	鶏肉、生姜、酒、みりん、醤油、片栗粉、にんにく、 ごま / ゆかり、キャベツ 高野豆腐、ひじき、人参、ツナ、いんげん、 ごま油 、醤油、三温糖、みりん じゃがいも、ほうれん草、青ねぎ、みそ	おはぎ もち米、小豆、きな粉、砂糖、塩 ●牛乳
14	水	体育あそび シーツ交換 (りす)	ビビンバ ブロッコリーのかにあん わかめスープ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、三温糖、醤油、ニンニク、 ごま 、 ごま油 ブロッコリー、かにかま、三温糖、みりん、醤油、片栗粉 わかめ、大根、青ねぎ、醤油、鶏がら、塩、 ごま 、 ごま油	●フルーツヨーグルト フルーツミックス缶、ヨーグルト、砂糖、バナナ ★●パウムクーヘン
15	木	避難訓練 シーツ交換 (うさぎ)	和風あんかけスパゲッティ ポテトサラダ ★コーンと卵のスープ	スパゲッティ 、鶏肉、玉葱、しめじ、えのき、ほうれん草、醤油、酒、コンソメ、みりん、片栗粉、刻みのり じゃがいも、胡瓜、人参、ツナ、マヨドレ、酢、三温糖 クリームコーン缶、玉葱、 卵 、青葱、酒、鶏がら、塩、片栗粉	夕焼けおにぎり 人参、ちりめんじゃこ、醤油、みりん ●牛乳
16	金	お習字書初め (きりん) シーツ交換 (ひよこ)	焼肉 切干大根の酢の物 味噌汁 / フルーツ	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、にんにく、生姜、 焼肉のタレ 切干大根、胡瓜、人参、カニカマ、酢、三温糖、醤油 さつまいも、玉葱、青ねぎ、みそ / パナナ	●チーズサンド 食パン 、チーズ、マーガリン ●牛乳
17	土		炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、人参、小松菜、干し椎茸、青ねぎ、醤油、鶏がら、 ごま油 キャベツ、人参、ブロッコリー、きゅうり、コーン、三温糖、醤油、 ごま油 玉葱、わかめ、青ねぎ、鶏がら、醤油、塩	米粉ドーナツ 上新粉、きな粉、 黒ごま 、砂糖、塩、豆乳、BP ●牛乳
18	日				

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
平均	574	20.5	15.8	259	2.4	225	0.37	0.40	26	5.5	1.5
基準値	511	23.0	15.0	231	2.2	184	0.28	0.32	20	-	1.4

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
19	月		鶏肉のマーマレード焼き／付野菜 マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉、マーマレード、醤油 / ブロッコリー、青じそドレ マカロニ 、きゅうり、人参、ツナ、マヨドレ、酢、三温糖 麩 、えのき、青ねぎ、みそ	フライドポテト じゃが芋、塩、青のり ●牛乳
20	火	雪遊び(きりん) E～たいむ	★●パン ●ビーフシチュー キャベツとパインのサラダ	パン 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、マッシュルーム、 ルウ 、 キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン、酢、三温糖、醤油	いなり寿司 すし揚げ、みりん、三温糖、醤油、酢、 塩、ちりめんじゃこ、 ごま ●牛乳
21	水	体育あそび 給食試食会	鯖のさっぱり煮 白和え けんちん汁	鯖、生姜、三温糖、醤油、酢、酒 豆腐、人参、椎茸、蒟蒻、白菜、ほうれん草、醤油、三温糖、みそ、 ごま 鶏肉、油揚げ、ごぼう、人参、干し椎茸、大根、青ねぎ、酒、醤油、塩	●カレーチーズトースト 食パン 、カレー粉、マヨドレ、砂糖、粉チーズ ●牛乳
22	木		しっぽうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	うどん 、鶏肉、かまぼこ、大根、人参、里芋、油揚げ、干し椎茸、青ねぎ、醤油、みりん、酒 鶏ひき肉、厚揚げ、青梗菜、人参、玉葱、じゃがいも、三温糖、醤油、カレー粉、片栗粉 黄桃缶	かやくご飯 鶏肉、しめじ、人参、ごぼう、 酒、 醤油 、みりん ●牛乳
23	金	誕生会	冬野菜カレー カニカマサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、南瓜、かぶ、 ルウ キャベツ、人参、きゅうり、カニカマ、醤油、酢、三温糖、 ごま油 ヨーグルト、砂糖	★●バースデケーキ スポンジ 、豆乳ホイップ、砂糖、みかん、パイン缶 ●牛乳
24	土	家庭の日 (幼児お弁当日)	チキンライス ウインナーと小松菜のソテー コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、ケチャップ、コンソメ、トマトピューレ ウインナー、小松菜、バター、コンソメ 玉葱、しめじ、コンソメ、塩	●マシュマロおこし コーンフレーク、 フルグラ 、マシュマロ、バター ●牛乳
25	日	お休み			
26	月	シーツ交換 (いぬ)	豆乳担々麺 切干大根のごま和え ●チーズ	中華麺 、豚ひき肉、大豆、人参、玉葱、チンゲン菜、生姜、ニンニク、醤油、三温糖、豆乳、 練りごま 、 ごま 、鶏がら、片栗粉、 ごま油 切干大根、ほうれん草、人参、ちりめんじゃこ、 ごま 、三温糖、醤油、 スティックチーズ	●お麩ラスク おつゆ麩 、バター、砂糖 ●牛乳
27	火	E～たいむ シーツ交換 (くま)	豚肉のみそ炒め 大豆サラダ 中華スープ	豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン、生姜、 テンメンジャン 、みそ、酒 大豆、じゃが芋、きゅうり、人参、ちりめんじゃこ、酢、三温糖、醤油、塩 えのき、玉葱、青葱、鶏がら、醤油、塩	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、コーンフレーク、 チョコレート ●牛乳
28	水	体育あそび シーツ交換 (りす)	★●パン / ゼリー ●クリームシチュー ツナサラダ	パン / ミニゼリー 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、牛乳、 ルウ ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、酢、三温糖、醤油	大学芋 さつまいも、砂糖、 黒ごま ●牛乳
29	木	シーツ交換 (うさぎ)	タラのおろしあん ボン酢和え ふぶき汁	タラ、片栗粉、大根、みりん、醤油、三温糖、酒 キャベツ、きゅうり、人参、ちくわ、醤油、みりん、ゆず果汁 鶏肉、豆腐、大根、人参、油揚げ、青ねぎ、鶏がら、醤油、塩	●ホイップサンド 食パン 、豆乳ホイップ、砂糖、いちごジャム ●牛乳
30	金	お習字(きりん) シーツ交換 (ひよこ)	鮭の西京焼き／付野菜 磯和え かす汁	鮭、みそ、三温糖、みりん／ 南瓜 白菜、ほうれん草、人参、刻みのり、醤油、みりん、三温糖 豚肉、ごぼう、大根、厚揚げ、人参、ちくわ、青ねぎ、酒粕、みそ	●豆腐ドーナツ 豆腐、HM、砂糖、牛乳 ●牛乳
31	土		きつねうどん 平天と野菜の煮物 フルーツ	うどん 、油揚げ、かまぼこ、ほうれん草、青葱、みりん、醤油、塩 平天、じゃが芋、しらたき、にんじん、いんげん、干しいたけ、みりん、三温糖、醤油 バナナ	★●ホットケーキ(チーズ) HM、チーズ、 卵 、牛乳、バター ●牛乳

◆献立内容は、仕入れ等の状況により、変更する場合があります。



月曜日:エースコイン
火曜日:ハーベスト
水曜日:アンパンマンせんべい

木曜日:アスバラガスビスケット
金曜日:どうぶつビスケット
土曜日:ビスコ