

# 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	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	肉まん
		切干大根の煮物	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	小麦粉、玉葱、砂糖、豚肉
		すまし汁/ゼリー	てまり麸、わかめ、青ねぎ、醤油、塩/ ミニゼリー	●牛乳
6 火	身体測定	菜飯／筑前煮	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	★●オレンジケーキ
おかか和え		ほうれん草、白菜、人参、糸かつお、醤油、三温糖	HM、バター、砂糖、卵、牛乳、マーマレード、BP	
みそ汁		わかめ、しめじ、青ねぎ、みそ	●牛乳	
7 水	身体測定 体育あそび	ミートスパゲッティ	スパゲッティ、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	さつまいもぜんざい
ハムサラダ		ハム、キャベツ、きゅうり、酢、三温糖、醤油	小豆、さつまいも、砂糖、塩	
●チーズ		ステックチーズ	●牛乳	
8 木	もちつき	鯖缶の炊き込みご飯	鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、塩昆布、醤油、酒、みりん	●コロッケ
豚汁 / 握りしゅうまい		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	合い挽き肉、じゃが芋、パン粉	
フルーツ		みかん	●牛乳	
9 金	ミニ運動会 (いぬ・きりん)	★●パン/フルーツ	パン / パイン缶	おにぎり(わかめ・じゃこ)
豆乳カレースープ		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	わかめご飯の素、ちりめんじゃこ	
コールスローサラダ		キヤベツ、胡瓜、コーン、人参、レーズン、酢、三温糖、醤油	●牛乳	
10 土	家庭の日 (幼児お弁当日)	焼きそば	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、玉葱、人参、ソース	★●塩サブレ
プロッコリーの胡麻和え		プロッコリー、人参、ごま、みりん、醤油、三温糖	薄力粉、バター、砂糖、卵、BP、塩	
みそ汁		豆腐、えのき、青ねぎ、みそ	●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 プ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 プロッコリー、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	タ焼けおにぎり 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 / バナナ	●チーズサンド 食パン、チーズ、マーガリン ●牛乳
17 土	お花	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、プロッコリー、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(㎉)	たんぱく質(㌘)	脂質(㌘)	カルシウム(㌘)	鉄(㍉㌘)	ビタミンA(㎍)	ビタミンB1(㎍)	ビタミンB2(㎍)	ビタミンC(㍉㌘)	食物繊維(㌘)	食塩(㌘)
平均	574	20.5	15.8	259	2.4	225	0.37	0.40	26	5.5
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 麸、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		しつぽくうどん 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 カニカマ、醤油、酢、三温糖、ごま油 ヨーグルト、砂糖	★●バースデイケーキ スponジ、豆乳ホイップ、砂糖、みかん、パン缶 ●牛乳
24 土	家庭の日 (幼児お弁当日)	チキンライス ワ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 ワインナー、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、塩 ●チーズ	●お麩ラスク おつゆ麩、バター、砂糖 ●牛乳
27	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	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 ツナサラダ	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 ポン酢和え ふぶき汁	タラ、片栗粉、大根、みりん、醤油、三温糖、酒 キヤベツ、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:アスパラガスピスケット  
金曜日:どうぶつピスケット  
土曜日:ビスコ

