



2025年度1月 献立予定表



ニチイキッズあいずみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
5 19 (月)	ご飯 れんこんのおみそ汁 さけのポテト焼き ほうれんそうの納豆和え みかん	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、はくさい、れんこん、しめじ、みそ/さけ、じゃがいも、食塩、ノンエッグマヨネーズ、かつおだし汁、パセリ粉/ほうれんそう、にんじん、もやし、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油/みかん/牛乳/小麦粉、砂糖、油、食塩	牛乳	521(486) kcal
			クラッカー	23.6(22.1) g
			牛乳	15.2(15.7) g
6 20 (火)	ご飯 キャベツの豆乳汁 かれのトマトソースかけ マセドアンサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、キャベツ、みそ、すりごま、豆乳/かれい、片栗粉、油、油、たまねぎ、ホールトマト缶詰、砂糖、ケチャップ、食塩/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/卵、砂糖、油、小麦粉、ベーキングパウダー、油	牛乳	536(497) kcal
			ウエハース	23.7(21.5) g
			牛乳	15.4(16.2) g
7 (水)	七草粥 ビビンバ丼 さつまいものおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き にんじんしりしり みかん	牛乳/お子様せんべい/米、七草、食塩、鶏がらスープの素/米、豚ひき肉、おろししょうが、おろしにんにく、ごま油、しょうゆ、砂糖、もやし、にんじん、ごまつな、食塩、鶏がらスープの素、ごま油、ごま/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、みそ/ごま油、ツナ水煮缶、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、食塩、しょうゆ、みりん、かつお節/みかん/牛乳/食パン、いちごジャム	牛乳	534(495) kcal
			おせんべい	19.7(18.7) g
			牛乳	15.3(15.3) g
8 22 (木)	ご飯 にんじんのおみそ汁 さわらの塩焼き ごぼうの甘辛煮 バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、ほうれんそう、にんじん、もやし、みそ/さわら、食塩/油、じゃがいも、ごぼう、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)/バナナ/牛乳/米、炊き込みわかめ	牛乳	530(494) kcal
			ビスケット	22.1(20.7) g
			牛乳	11.7(12.9) g
9 21 (金)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのソテー りんご	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、かぼちゃ、はくさい、みそ/豚肉(もも)、葉ねぎ、おろししょうが、しょうゆ、みりん/油、カレー粉、プロッコリー、たまねぎ、にんじん、しめじ、食塩/りんご/牛乳/ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、砂糖、牛乳、油	牛乳	534(487) kcal
			おせんべい	22.8(21.1) g
			牛乳	14.4(14.6) g
23 (金)	チキンライス きのこスープ コールスローサラダ りんご	牛乳/カルテツウエハース/米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、鶏がらスープの素、食塩、砂糖、コーン(冷凍)、油、酒、じゃがいも、のり/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、しめじ、えのきたけ、しょうゆ、食塩、鶏がらスープの素/しらす干し、キャベツ、きゅうり、にんじん、油、砂糖、食塩、酢、ごま油/りんご/牛乳/油、豚ひき肉、キャベツ、もやし、にんじん、焼きそばめん、焼きそばソース、かつお節、あおりの、のり、スライスチーズ	牛乳	457(423) kcal
			ウエハース	16.6(15.8) g
			牛乳	12.5(14.2) g
10 24 (土)	塩あんかけ野菜丼 ねぎのおみそ汁 かぼちゃのオープン焼き バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、にんじん、ごまつな、コーン(冷凍)、鶏がらスープの素、水、食塩、片栗粉、水/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/かぼちゃ、油、食塩/バナナ/牛乳/米、みそ、砂糖、みりん、すりごま	牛乳	559(508) kcal
			おせんべい	20.8(19.3) g
			牛乳	13.2(13.2) g
26 (月)	ご飯 だいこんのおみそ汁 さばのカレー揚げ はくさいの煮浸し りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、だいこん、ごぼう、ねぎ、みそ/油、さば、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、片栗粉、カレー粉/はくさい、ごまつな、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、かつお節/りんご/牛乳/ぶどう濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖/ソフトせんべい塩味	牛乳	521(486) kcal
			クラッカー	20.6(19.6) g
			牛乳	18.5(18.3) g
13 27 (火)	ご飯 わかめのすまし汁 鶏肉のみそマヨ焼き さつまいものきんぴら オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ/鶏もも肉、おろししょうが、ノンエッグマヨネーズ、みそ/油、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/オレンジ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	464(446) kcal
			ウエハース	21.7(20.2) g
			牛乳	10.3(12.5) g
14 28 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 さけの中華蒸し かぼちゃサラダ バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、キャベツ、もやし、鶏がらスープの素、みそ/ごま油、チンゲンサイ、さけ、食塩、ねぎ、おろししょうが、ごま油、しょうゆ/かぼちゃ、きゅうり、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/バナナ/牛乳/小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁	牛乳	478(450) kcal
			おせんべい	22.1(20.7) g
			牛乳	9.8(10.9) g
15 29 (木)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 肉豆腐 ほうれんそうのお浸し オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、じゃがいも、もやし、みそ/豚肉(もも)、おろししょうが、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれんそう、えのきたけ、かつお節、しょうゆ/オレンジ/牛乳/ごま油、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、小麦粉、鶏がらスープの素、水	牛乳	468(444) kcal
			クラッカー	20.0(19.2) g
			牛乳	12.1(13.2) g
16 30 (金)	ポークカレー オニオンスープ 切り干し大根のナムル バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、かつおだし汁、カレールウ、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉、清酒・上撰/油、たまねぎ、水、鶏がらスープの素、食塩/切り干しだいこん、にんじん、きゅうり、カットわかめ、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/バナナ/牛乳/ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳	牛乳	557(502) kcal
			ビスケット	16.6(15.8) g
			牛乳	15.1(15.2) g
17 31 (土)	ご飯 ほうれんそうのおみそ汁 さけのごまだれかけ 五目ひじき バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、みそ/さけ、片栗粉、油、水、砂糖、しょうゆ、みりん、すりごま、ごま、片栗粉/油、ひじき、油揚げ、さつまいも、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん/バナナ/牛乳/食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳	575(535) kcal
			ウエハース	27.3(24.7) g
			牛乳	15.4(16.6) g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



1月平均栄養量
518(481) kcal
21.6(20.2) g
13.5(14.3) g