



2025年度1月 献立予定表（完了食）



ニチイキッズ高松天神前保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
15 29 (木)	ご飯 なすのおみそ汁 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、なす、にんじん、ねぎ、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 クラッカー 牛乳 チヂミ	451 kcal 20.9 g 14.2 g
16 30 (金)	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 グレープフルーツ	牛乳、/ビスケット、/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、/グレープフルーツ、/牛乳、/油、さといも、食塩、米粉、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、	牛乳 ビスケット 牛乳 さといももち	460 kcal 21.2 g 13.2 g
17 31 (土)	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 煮りんご	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、かぼちゃ、はくさい、みそ/豚肉(もも)、ねぎ、おろししょうが、しょうゆ、みりん/油、カレー粉、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、しめじ、食塩/りんご/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん(砂糖添加)	牛乳 ウエハース 牛乳 米粉あずき蒸しパン	493 kcal 20.9 g 16.8 g
5 19 (月)	ツナとお豆のカレー オニオンスープ 切り干し大根のナムル みかん	牛乳(5日豆乳)/クラッカー/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、りんご、だいず水煮缶詰、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰、水、鶏がらスープの素、カレー粉、中濃ソース、食塩、米粉、水/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、カットわかめ、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/みかん/牛乳(5日豆乳)/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳(5日豆乳) クラッカー 牛乳(5日豆乳) マカロニきな粉	461 kcal 17.2 g 12.7 g
6 (火)	ご飯 だいこんと里芋のみそ汁 高野豆腐の煮物 ほうれんそうのツナ炒め もも缶	豆乳/ビスケット/米/かつおだし汁、切り干しだいこん、さといも、みそ/高野豆腐、にんじん、いんげん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれんそう、コーン、ブロッコリー、ツナ水煮缶、油、食塩、ごま、しょうゆ/もも缶/豆乳/オレンジ濃縮果汁、砂糖、かんてん粉、りんご濃縮果汁、砂糖、かんてん粉/カルテツウエハース	豆乳 ビスケット 豆乳 クラッシュゼリー・ウエハース	455 kcal 16.7 g 10.4 g
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/米、小麦粉、キャベツ、にんじん、しらす干し、卵、ごま、みそ	牛乳 ウエハース 牛乳 こねつけ	516 kcal 23.6 g 17.0 g
7 21 (水)	菜飯 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、油、ごまつな、食塩/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、みそ/鶏もも肉、カルシウムふりかけ、ゆかり、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/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/りんご、砂糖、無塩バター、ヨーグルト(無糖)、砂糖	牛乳 おせんべい 牛乳 焼きりんご	460 kcal 20.0 g 14.2 g
8 22 (木)	ご飯 にんじんのおみそ汁 かれの揚げ浸し ごぼうの甘辛煮 グレープフルーツ	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/かれい、食塩、油、たまねぎ、砂糖、食塩、酢/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)/グレープフルーツ/牛乳/クラッカー、きな粉、砂糖、牛乳	牛乳 ビスケット 牛乳 きなこクリームクラッカー	504 kcal 22.2 g 16.9 g
9 23 (金)	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/カルテツウエハース/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/無塩バター、砂糖、卵、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、水	牛乳 ウエハース 牛乳 マーブルケーキ	478 kcal 22.8 g 16.0 g
10 24 (土)	塩あなかけ野菜丼 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、カットわかめ、ツナ水煮缶、しょうゆ、ごま	牛乳 おせんべい 牛乳 わかめおにぎり	503 kcal 19.9 g 13.4 g
26 (月)	ご飯 だいこんのおみそ汁 さけのカレー揚げ はくさいの煮浸し 煮りんご	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、さけ、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/牛乳、砂糖、かんてん(粉)、みかん缶/カルテツウエハース	牛乳 クラッカー 牛乳 牛乳みかん寒天・ウエハース	495 kcal 22.0 g 18.1 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/食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳 ウエハース 牛乳 やみつぎトースト	488 kcal 22.2 g 16.1 g
14 28 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 かれの中華蒸し 紅白煮 みかん	牛乳/お子様せんべい/米/油、豚ひき肉、キャベツ、もやし、水、鶏がらスープの素、みそ/ごま油、チンゲンサイ、かれい、食塩、ねぎ、おろししょうが、ごま油、しょうゆ/かつおだし汁、じゃがいも、にんじん、砂糖、しょうゆ、食塩/みかん/牛乳/砂糖、水、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、水	牛乳 おせんべい 牛乳 バスブーサ	472 kcal 21.5 g 13.0 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。

◎完了期は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考に ご家庭で2回以上
喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。



1月平均栄養量	
477 kcal	
20.9 g	
14.6 g	