



2025年度1月 献立予定表（完了食）



二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、えのきだけ、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	451 kcal
			クラッcker	20.9 g
			牛乳 チヂミ	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 グレーブフルーツ	牛乳、／ピスケット、／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、こま、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、／グレーブフルーツ、／牛乳、／油、さといも、食塩、米粉、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、	牛乳 ピスケット	460 kcal 21.2 g
			牛乳 さといももち	13.2 g
			牛乳 ウエハース	493 kcal 20.9 g
17 31 (土)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 豚肉のしょうが焼き プ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 米粉あずき蒸しパン	16.8 g
			牛乳 ウエハース	461 kcal 17.2 g
			牛乳 マカロニきな粉	12.7 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cker／米、油、おろしににく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、りんご、だいたい水煮缶詰、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／切り干したいこん、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	豆乳 ビスケット	455 kcal 16.7 g
			豆乳 クラッシュゼリー・ウエハース	10.4 g
			牛乳 ウエハース	516 kcal 23.6 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 もち缶	豆乳／ピスケット／米／かつおだし汁、切り干したいこん、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、こま、しょうゆ／もち缶／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	牛乳 こねつけ	17.0 g
			牛乳 おせんべい	460 kcal 20.0 g
			牛乳 焼きりんご	14.2 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、こまつな、食塩／かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、みそ／鶏もも肉、カルシウム入りかけ 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 ビスケット	504 kcal 22.2 g
			牛乳 きなこクリームクラッcker	16.9 g
			牛乳 ウエハース	478 kcal 22.8 g
8 22 (木)	ご飯 にんじんのおみそ汁 かれいの揚げ浸し ごぼうの甘辛煮 グレーブフルーツ	牛乳／ピスケット／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、グリンピース(冷凍)／グレーブフルーツ／牛乳／クラッcker、きな粉、砂糖、牛乳	牛乳 マーブルケーキ	16.0 g
			牛乳 おせんべい	503 kcal 19.9 g
			牛乳 わかれめおにぎり	13.4 g
9 23 (金)	ご飯 れんこんのおみそ汁 さけのボテト焼き 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、こま油／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(ピュアココア)、水	牛乳 牛乳 牛乳	495 kcal 22.0 g
			牛乳 牛乳	18.1 g
			牛乳 牛乳みかん寒天・ウエハース	488 kcal 21.5 g
10 24 (土)	塩あんかけ野菜丼 ねぎのおみそ汁 かぼちゃのオーブン焼き バナナ	牛乳／お子様せんべい／米、こま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、にんじん、こまつな、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 牛乳 牛乳	488 kcal 22.2 g
			牛乳 牛乳	16.1 g
			牛乳 牛乳	14.6 g
13 27 (火)	ご飯 わかめのすまし汁 鶏肉のみぞマヨ焼き 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 牛乳 牛乳	472 kcal 21.5 g
			牛乳 牛乳	13.0 g
			牛乳 牛乳	14.6 g
14 28 (水)	ご飯 もやしのおみそ汁 かれいの中華蒸し 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 牛乳 牛乳	472 kcal 20.9 g
			牛乳 牛乳	13.0 g
			牛乳 牛乳	14.6 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。

◎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