

きゅうしよくだより



令和7年1月1日

☆予定献立表☆ (材料の都合上献立を変更することがあります。)

曜日	月	火	水	木	金
日付	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>あけまして おめでとう ございます 2025</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>食事で 免疫力・体力UP</p> <p>冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは体をあたためる料理で体温を上げましょう。</p> <p>免疫力アップする緑黄色野菜と、体力をつける味噌などの発酵食品を使った、豚汁がおすすめです。豚肉の臭み消しにもなり、体温を上げてくれる生姜を、少量すり下ろして入れると効果的です。</p> </div> </div>				
副食	ぎょうざ もやしとわかめの ちゅうかあえ ちゅうかすーぷ	さけのあけぼのやき あげごぼう みそしる	ささみのぴかた きゅうりとはるさめの すのもの みそしる	かれーらいす きやべつのしらすあえ ぎゅうにゅう	しょうゆらーめん くだものぜりー
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	らーめん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	乳酸菌飲料・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	おまんじゅう・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	せんべい・じゅーす	おかし・牛乳
主な使用食品(調味料等除く)	餃子、枝豆、もやし、わかめ、人参、ロースハム、いりごま、絹厚揚げ、ほうれん草、玉ねぎ、長ネギ、おまんじゅう	鮭、人参、粉チーズ、レタス、ごぼう、キャベツ、焼くわ、長ネギ	すり身、黄大豆、黒豆、人参、玉ねぎ、ごぼう、ミニトマト、きゅうり、春雨、みかんふのり、長ネギ	豚肉、人参、玉ねぎ、芋、福神漬、グリーンピース、キャベツ、しらす	もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、焼き豚、ナルト、メンマ、長ネギ、果物ゼリー
行事					
日付	6	7	8	9	10
日付	13	14	15	16	17
副食	<p>成人の日</p>	ほっけふらい こうやどうふの ふんわりたまごとじ みそしる	しらゆきさらだ みそしる	やきうどん こんそめすーぷ くだもの	おべんとうのひ
主食		ごはん	かわりどん(ぶたどん)	うどん	
10時のおやつ(未満児)		牛乳・うえはーす	牛乳・くつきー	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ		くつきー・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・じよあ	せんべい・じゅーす
主な使用食品(調味料等除く)		ホッケフライ、キャベツ、高野豆腐、卵、干しいたけ、人参、いんげん、なめこ、わかめ、長ネギ	豚肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、おから、きゅうり、レタス、パプリカ、しめじ、南瓜、長ネギ	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、豚肉、かつお節、小松菜、ベーコン、卵、長ネギ、果物	
行事					
日付	20	21	22	23	24
副食	めんちかつ はくさいのおかかあえ みそしる	さばのてりやき だいこんのそぼろに みそしる	とりのまつかぜやき さつまいもてんぷら すましじる	とりにくのどまとにこみ こーんすーぷ くだものぜりー	わふうすばげてい はくさいとささみのすーぷ けーき
主食	ごはん	ごはん	ごはん	かわりごはん	すばげてい
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	たいやき・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	おかし・おちゃ	せんべい・牛乳
主な使用食品(調味料等除く)	メンチカツ、キャベツ、白菜、水菜、人参、油揚げ、しめじ、ごぼう、玉ねぎ、長ネギ、たい焼き	さば、プロックリー、大根、玉ねぎ、豚ひき肉、小ネギ、白菜、人参	鶏ひき肉、長ネギ、人参、卵、さつまい、ほうれん草、板かまぼこ、干しいたけ	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、トマトビュレ、マカロニ、コーン、クルトン、パセリ粉、果物ゼリー	ベーコン、しめじ、玉ねぎ、小松菜、刻みのり、白菜、長ネギ、人参、鶏ささみ、ケーキ
行事	1号認定3学期始園日				おたんじょうかい
日付	27	28	29	30	31
副食	なまあげのそぼろに もやしとわかめの ぼんずさらだ みそしる	あげたらのおろしかけ にんじんしりしり みそしる	まーぼーはるさめ たこやき ちゅうかすーぷ	いりどり あおばなっとう みそしる	たまごじゅうどん ふるーちえ
主食	ごはん	ごはん	もちむぎごはん	ごはん	うどん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	いまがわやき・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	せんべい・牛乳	おかし・牛乳
主な使用食品(調味料等除く)	絹厚揚げ、鶏ひき肉、えのき、人参、玉ねぎ、大根、グリーンピース、もやし、海藻サラダ、焼くわ、キャベツ、卵、長ネギ、今川焼	たら、大根、プロックリー、人参、木綿豆腐、卵、いりごま、油揚げ、小松菜、長ネギ	春雨、豚ひき肉、ピーマン、しいたけ、人参、長ねぎ、たこ焼き、青のり、かつお節、しめじ、チンゲン菜、いりごま	鶏肉、ナルト、さつまいも、人参、ごぼう、干しいたけ、こんにやく、グリーンピース、ほうれん草、ひきわり納豆、いりごま、すり身、玉ねぎ、長ネギ	卵、鶏肉、玉ねぎ、ナルト、人参、ごぼう、干しいたけ、長ネギ、フルーチェ
行事					

☆特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。

☆年齢により、献立が変更になることがあります。

☆土曜保育を希望する子は、お弁当持参になります。

☆天候不順や価格高騰などの影響により、メニューが変更になることがあります。