

橋場そらとみどりの保育園大きなおうち

令和7年度1月（睦月）献立



# 1月の目標：何でも食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。  
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。  
 乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。  
 ※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：534kcal

	月 5	火 6（新年お楽しみ献立）	水 7	木 8	金 9	土 10
昼食	ご飯 鯖の塩焼き 切干大根の煮物 若布と長葱の味噌汁 フルーツゼリー	赤飯 赤魚の煮付け 紅白なます 芋きんとん 田作り お雑煮風すまし汁 お祝いいちごヨーグルト	胚芽ご飯 厚揚げのスタミナ炒め ちぢみほうれん草の胡麻和え 卵とキャベツの味噌汁 みかん	ご飯 鶏肉の甘辛揚げ 大根とじゃこのさっぱり和え 彩り野菜のすまし汁 バナナ	ご飯 鯖の柚庵焼 ひじきのマヨサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 オレンジ	ご飯 豚肉の葱塩炒め 胡瓜と人参のゆかり和え しめじと玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト
3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	黒豆蒸しパン ヨーグルトドリンク	七草粥 麦茶	サクサクシュガーパイ ヨーグルトドリンク	南瓜入りお汁粉 せんべい 緑茶	塩昆布おにぎり 牛乳
予定			七草のお話(幼児):関根	栄養士グループ会議(橋場で対面)	鏡開き(5歳):吉田	
	12	13	14	15	16	17
昼食	 成人の日	牛丼 白菜と人参の浅漬け けんちん汁 ヨーグルト	ガバオライス ヤムウンセン風サラダ タイ風スープ バナナ	ご飯 カジキの竜田揚げ 人参しりしり キャベツと玉ねぎの味噌汁 りんご	麦ご飯 白菜たっぷりちゃんこ鍋 胡瓜と若布の酢の物 フルーツゼリー	鶏肉と野菜のどんぶり 切干大根のハリハリサラダ さつま芋の味噌汁 ヨーグルト
3時		人参とチーズのおやき 麦茶	南瓜餡サンド 牛乳	豚肉とコーンの炊き込みご飯 麦茶	メロンパン ヨーグルトドリンク	菜飯おにぎり 牛乳
予定					旬の食材の話(幼児):高橋	
	19	20	21	22（誕生会献立）	23	24
昼食	ご飯 マーメイドチキン じゃが芋とコーンのサラダ ブロッコリーと豆腐の塩麩スープ フルーツゼリー	カレーうどん さつまいも甘煮 大根の甘酢漬け ヨーグルト	胚芽ご飯 厚揚げのスタミナ炒め ちぢみほうれん草の胡麻和え 卵とキャベツの味噌汁 みかん	ベーコンのトマトクリーム Pasta ほうれん草バターソテー カラフルコンソメスープ お楽しみゼリー	ご飯 鯖の柚庵焼 ひじきのマヨサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 オレンジ	ご飯 豚肉の葱塩炒め 胡瓜と人参のゆかり和え しめじと玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト
3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	韓国風おにぎり 麦茶	ジャーマンポテト 牛乳	バイクドチーズケーキ りんごジュース	サクサクシュガーパイ ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
予定	栄養士会議					
	26	27	28	29	30	31
昼食	ご飯 鶏肉と冬野菜のカレー炒め ほうれん草と油揚げの煮びたし 若布と長葱の味噌汁 フルーツゼリー	牛丼 白菜と人参の浅漬け けんちん汁 ヨーグルト	ガバオライス ヤムウンセン風サラダ タイ風スープ バナナ	ご飯 カジキの竜田揚げ 人参しりしり キャベツと玉ねぎの味噌汁 りんご	麦ご飯 白菜たっぷりちゃんこ鍋 胡瓜と若布の酢の物 みかん	鶏肉と野菜のどんぶり 切干大根のハリハリサラダ さつま芋の味噌汁 ヨーグルト
3時	桜えびのサクサク炒飯 麦茶	人参とチーズのおやき 麦茶	南瓜餡サンド 牛乳	豚肉とコーンの炊き込みご飯 麦茶	メロンパン ヨーグルトドリンク	菜飯おにぎり 牛乳
予定						大きくなった会