

令和 7年 1月の献立

二条保育園

	月 27日	火 14日・28日	水 15日・29日	木 16日・30日	金 17日・31日	土 4日・18日	お誕生会(16日)
献立	豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 白菜の味噌汁 /ご飯	カレイのカレーグラタン キャベツとブロッコリーの炒め物 チンゲン菜のスープ /ご飯	ビーフシチュー 春雨サラダ /ご飯	大豆と揚げじゃが芋の煮物 大根とひろうすの含め煮 豚汁 /ご飯	赤魚の炊き合わせ ほうれん草のポン酢和え さつま汁 /ご飯	肉うどん	赤飯 鶏の竜田揚げ /みかん 白菜と小松菜の煮びたし キャベツと厚揚げのすまし汁
※代替献立		グラタン→28品目不使用	シチュー→野菜のスープ			うどん→米麺使用	
材料	豆腐 南瓜 人参 鰹だし しめじ 醤油 白葱 砂糖 小松菜 豚ひき肉 白菜 鰹だし 人参 醤油 油揚げ みりん 鰹だし 砂糖 味噌 片栗粉 塩 油 米	カレイ キャベツ 玉葱 ブロッコリー しめじ ベーコン えのき茸 玉葱 マカロニ 醤油 白ワイン カレールウ 米 牛乳 塩 胡椒 とろけるチーズ チンゲン菜 玉葱 人参 ブイオン 醤油	牛肉 じゃが芋 米 玉葱 人参 マッシュルーム ビーフルウ 牛乳 塩 胡椒 春雨 胡瓜 キャベツ 人参 もやし 酢 砂糖 醤油 塩	大豆 大根 鶏もも肉 ひろうす じゃが芋 里芋 人参 玉葱 鰹だし ピーマン 醤油 砂糖 赤パブリカ 人参 油 豚肉 鰹だし 牛蒡 砂糖 白菜 人参 醤油 もやし 片栗粉 つきこんにやく 鰹だし 米	赤魚 ほうれん草 焼き豆腐 もやし 牛蒡 人参 生姜 えのき茸 鰹だし 鰹だし 酒 ポン酢 みりん 醤油 砂糖 さつま芋 米 大根 青葱 つきこんにやく 鰹だし 味噌	茹でうどん 牛肉 玉葱 生姜 青葱 板かまぼこ 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 砂糖 塩	もち米 米 小豆 塩 黒胡麻 酒 / 鶏もも肉 生姜 にんにく 醤油 みりん 片栗粉 油 / 小松菜 白菜 人参 ツナ 鰹だし 醤油 みりん / キャベツ 厚揚げ 玉葱 鰹だし 醤油 みりん 塩/ /みかん
おやつ	りんご入りマフィン (ホットケーキミックス りんご 砂糖)	南瓜団子 (南瓜 白玉粉 豆腐 粒あん)	15日 米粉のきな粉クッキー (米粉 きな粉 片栗粉 砂糖 豆乳 オリブオイル) 29日 ヨーグルト ヤクルト	じゃこマヨトースト (食パン ちりめんじゃこ マヨネーズ)	麩菓子 (麩 パター 砂糖)	パン	麺の日(14日) きつねうどん (※うどん→米麺使用) 茹でうどん
※代替おやつ	米粉のりんご入りマフィン / 豆乳	豆乳	29日 ミニゼリー / 豆乳	じゃこ入りおにぎり / 豆乳	おせんべい / 豆乳	おせんべい	油揚げ 干し椎茸 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
	月 6日・20日	火 7日・21日	水 8日・22日	木 9日・23日	金 10日・24日	土 11日・25日	
献立	カレーライス ツナサラダ /ご飯	切干大根の油炒め 高野豆腐のあんかけ煮 ほうれん草の味噌汁 /ご飯	鶏肉のトマト煮 /ご飯 小松菜のさと煮 豆腐とわかめの味噌汁	鱈の甘酢あんかけ ひじきの和え物 のっぺい汁 /ご飯	豚肉の生姜焼き うの花 南瓜の味噌汁 /菜飯	中華そば	板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
※代替献立	カレー→28品目不使用ルウ			主菜 小麦粉→米粉・片栗粉使用		中華麺→ひえ麺	
材料	鶏もも肉 米 じゃが芋 玉葱 人参 カレールウ 牛乳 塩 胡椒 キャベツ 玉葱 ツナ缶 コーン缶 マヨネーズ 醤油	切干大根 高野豆腐 豚ひき肉 玉葱 人参 人参 ピーマン グリンピース 酒 鰹だし みりん 砂糖 醤油 醤油 酒 砂糖 油 片栗粉 ほうれん草 米 もやし えのき茸 鰹だし 味噌	大豆 小松菜 玉葱 油揚げ 人参 人参 鶏もも肉 鰹だし トマト缶 醤油 トマトケチャップ みりん ブイオン 塩 胡椒 豆腐 片栗粉 わかめ 油揚げ 白葱 米 鰹だし 味噌	鱈 酒 大根 片栗粉 人参 ベーキングパウダー 里芋 玉葱 油揚げ 人参 豆腐 ピーマン 鰹だし 酢 砂糖 醤油 片栗粉 油 みりん 片栗粉 塩 片栗粉 ひじき 人参 米 ほうれん草 もやし 鰹節 醤油 みりん	豚肉 玉葱 おから 生姜 牛蒡 りんご 油揚げ 醤油 人参 みりん 砂糖 しめじ さつま芋 南瓜 玉葱 青葱 油揚げ 鰹だし 鰹だし 味噌 醤油 砂糖 みりん	中華麺 豚肉 玉葱 人参 もやし 青葱 鶏がらスープ 醤油	お弁当日(21日) 親子丼 やみつきキャベツ じゃが芋の味噌汁 米 玉子 鶏もも肉 玉葱 三つ葉 鰹だし 醤油 みりん 砂糖 / キャベツ 胡瓜 小松菜 人参 ごま油 塩 鶏がらスープ 焼き海苔 / じゃが芋 玉葱 油揚げ 鰹だし 味噌 /
おやつ	おにぎり (米 小松菜 ちりめんじゃこ 醤油 ごま油 / ゆかり)	7日 七草粥(米 七草 油揚げ 板かまぼこ 昆布だし 塩) 21日お好み焼き (お好み焼き粉 キャベツ)	焼き芋 (さつま芋)	ジャムサンド (食パン ジャム)	10日 白玉ぜんざい(乳児:ぜんざい) (あずき 砂糖 塩 白玉粉 団子粉) 24日 パナナ 小魚 (小魚 炒り胡麻 酒 砂糖 醤油) 牛乳	パン	
※代替おやつ	豆乳	21日 キャベツのお焼き / 豆乳	豆乳	米粉のジャムサンド / 豆乳	豆乳	おせんべい	