

1月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児			おやつ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
4	土	三色丼,海藻サラダ,南瓜の味噌汁	麦ごはん				おむすび(ごま塩)
6	月	おでん,三色和え,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	こぶき芋	みかん	するめ昆布	牛乳 大豆とじゃこの甘煮
7	火	お弁当の日			牛乳 ウエハース	いりこ	七草がゆ
8	水	あんかけ焼きそば,ひじき炒め,大根の味噌汁,みかん	麦ごはん	チンゲン菜の和え物	バナナ	いりこ	おむすび(たぬき)
9	木	魚の竜田揚げ,旨煮,白菜の味噌汁,りんご	麦ごはん	高野豆腐とツナ炒め	いりこ	いりこ	ミルク スイートポテト
10	金	カレーライス,パンパンジーサラダ,バナナ	麦ごはん	ハンバーグ	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース かりんこ揚げ
11	土	親子うどん,野菜炒め,味付け海苔	麦ごはん				せんべい
14	火	マカロニグラタン,南瓜とささみの胡麻和え,コンソメスープ,ゼリー	麦ごはん	焼き魚	牛乳 ウエハース	いりこ	おむすび(ゆかり)
15	水	〇にゅう麺,〇のっぺ,チーズ納豆,みかん	麦ごはん	ごぼうの味噌煮	バナナ	いりこ	牛乳 黒ゴマトースト
16	木	油淋鶏,大根サラダ,すまし汁,りんご	麦ごはん	金平れんこん	いりこ	いりこ	おむすび (塩昆布・枝豆)
17	金	鮭のマヨみそ焼き,大豆の磯煮,南瓜の味噌汁,バナナ	麦ごはん	じゃがいものそぼろ煮	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク フレークおこし
18	土	ビーフン炒め,ごぼうサラダ,麩の味噌汁	麦ごはん				おむすび(きつね)
20	月	ハヤシライス,ツナサラダ,みかん	麦ごはん	がんもの煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (おかか・チーズ)
21	火	シューマイ,ポークビーンズ,油揚げの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	ブロッコリーのゆかり和え	牛乳 ウエハース	いりこ	ケーキ
22	水	ちゃんぽん,大根のそぼろ煮,りんご	混ぜごはん		バナナ	いりこ	おむすび(うめ)
23	木	南瓜コロッケ,おから炒め,すまし汁,オレンジ	麦ごはん	納豆和え	いりこ	いりこ	牛乳 ハムチーズフリート
24	金	魚のカラフル焼き,高菜チャンプルー,しいたけの味噌汁 バナナ	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク きなこパン
25	土	ピピン丼,肉じゃが,白菜の味噌汁	麦ごはん				おむすび(のりたま)
27	月	鶏肉のおろし煮,れんこんのガーリックマヨ炒め,豚汁 ゼリー	麦ごはん	南瓜の煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび(わかめ)
28	火	キャベツのキッシュ,中華サラダ,チンゲン菜の味噌汁 みかん	麦ごはん	にんじんしり	牛乳 ウエハース	いりこ	ヨーグルトムース
29	水	ミートソースパグティ,野菜の胡麻和え,すまし汁,りんご	麦ごはん	卵焼き	バナナ	いりこ	おむすび(ごぼう)
30	木	ささみフライ,ひじきサラダ,大根の味噌汁,バナナ	麦ごはん	肉じゃが	いりこ	いりこ	牛乳 カレー蒸しパン
31	金	魚のベーコン蒸し,高野豆腐の卵とじ,もやしの味噌汁, オレンジ	麦ごはん	キャベツとツナの和え物	牛乳 チーズ	いりこ	ミルク マドレーヌ

給食だより

1月7日は「七草がゆ」の日です

お正月はおいしいごちそうがたくさん。
子どもも大人もついつい食べ過ぎてしまいがちです。
七草がゆは、そんな食べすぎて疲れた胃腸をいたわり、
家族の無病息災を願って食べるものだといわれています。
保育園では1月7日に『七草がゆ』を作り、おやつの時
間にみんなにていただきます。

せり なすな ごぎょう はこべら
ほとけのざ すずな すずしろ



☆1月の献立紹介☆

- ・今月の郷土料理は奈良県です。
まだまだ日本全国の郷土料理が続きます。
- ・7日(火)はお弁当の日です。
お弁当の準備をお願いします。
- ・大根を使うメニューは園で収穫した
ものを使います。



あけましておめでとうございます。
2025年も子どもたちに栄養満点の給食を作っ
ていきます！本年もよろしくお願いいたします。