



日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
4 日 土 18 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ チキンビーンズ 粉ふき芋 コーンと野菜のスープ	やわらかごはん チキンビーンズ 粉ふき芋 コーンと野菜のスープ	ごはん チキンビーンズ 粉ふき芋 コーンと野菜のスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・大豆・米・砂糖 じゃが芋・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・青のり	鶏肉・大豆・米・油・砂糖 じゃが芋・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・青のり・バナナ	鶏肉・大豆・牛乳・米・油・砂糖 じゃが芋・玉ねぎ・人参・ホールトマト ケチャップ・青のり・コーン・バナナ
6 日 月 20 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 ひじきと切り干し大根のサラダ ⑥おふとわかめのすまし汁⑦豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 ひじきと切り干し大根のサラダ ⑥おふとわかめのすまし汁⑦豆腐と水菜のすまし汁	ごはん チキンカレー ひじきと切り干し大根のサラダ ⑥おふとわかめのすまし汁⑦豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・クラッカー・ジャムサンド
	食材		鶏肉・ツナ・豆腐・米・じゃが芋 砂糖・人参・玉ねぎ・ふ 水菜・ひじき・きゅうり・わかめ	鶏肉・ツナ・豆腐・米・じゃが芋 油・砂糖・人参・玉ねぎ・ふ 水菜・ひじき・きゅうり・わかめ	鶏肉・ツナ・豆腐・牛乳・米・じゃが芋・りんご 油・マヨネーズ・砂糖・人参・玉ねぎ・ケチャップ・ふ・わかめ 水菜・切り干し大根・ひじき・きゅうり・いちごジャム
7 日 火 22 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		野菜醤油うどん フレンチサラダ	野菜醤油うどん フレンチサラダ バナナ	野菜醤油ラーメン フレンチサラダ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・七草がゆ	牛乳・⑦七草がゆ⑧青菜おにぎり
	食材		豚肉・うどん 砂糖・米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・小松菜 白菜・きゅうり・もやし・大根・かぶ	豚肉・油・うどん 砂糖・米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・小松菜 白菜・きゅうり・バナナ・もやし・大根・かぶ	豚肉・牛乳・チーズ・中華麺・油 砂糖・米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・小松菜 白菜・きゅうり・バナナ・もやし・大根・かぶ
8 日 水 23 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 味噌肉じゃが ブロッコリーのおかか和え きのこのすまし汁	やわらかごはん 味噌肉じゃが ブロッコリーのおかか和え きのこのすまし汁	ごはん コーン入り味噌バター肉じゃが ブロッコリーのおかか和え きのこのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・鯉節・味噌・米 砂糖・じゃが芋・玉ねぎ・人参・えのき しめじ・長ねぎ・ブロッコリー・もやし・舞茸・わかめ	豚肉・豆腐・鯉節・味噌・米・油・青のり 砂糖・じゃが芋・玉ねぎ・人参・えのき しめじ・長ねぎ・ブロッコリー・もやし・舞茸・わかめ	豚肉・豆腐・鯉節・味噌・牛乳・米・油 砂糖・じゃが芋・バター・玉ねぎ・人参・えのき しめじ・長ねぎ・ブロッコリー・もやし・舞茸・わかめ
9 日 木 24 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ カレイの煮付け おひたし 里芋と大根の味噌汁	やわらかごはん カレイの煮付け おひたし 里芋と大根の味噌汁	ごはん 揚げさばの甘酢あん 磯辺和え 里芋と大根の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・フレンチトースト
	食材		カレイ・味噌・米 片栗粉・砂糖・里芋・キャベツ ほうれん草・もやし・大根・長ねぎ・人参	カレイ・味噌・米・油 片栗粉・砂糖・里芋・食パン・キャベツ ほうれん草・もやし・大根・長ねぎ・人参	鯖・油揚げ・味噌・牛乳・卵・米・油 片栗粉・砂糖・里芋・バター・食パン・キャベツ ほうれん草・もやし・のり・大根・長ねぎ・人参
10 日 金 21 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り焼き 小松菜の白和え 野菜の味噌汁	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜の白和え 野菜の味噌汁	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の白和え 野菜の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・米 片栗粉・砂糖・小松菜 キャベツ・玉ねぎ・もやし	鶏肉・豆腐・味噌・米・鮭 片栗粉・砂糖・小松菜 キャベツ・玉ねぎ・もやし	鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳・米 マヨネーズ・片栗粉・ごま・砂糖・小松菜 キャベツ・玉ねぎ・もやし

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
11 日 土 25 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		そぼろ丼風がゆ さつまいも煮 白菜とえのきの味噌汁	そぼろ丼風がゆ さつまいも煮 白菜とえのきの味噌汁 バナナ	そぼろ丼 さつまいも煮 白菜とえのきの味噌汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・味噌・米・砂糖 さつまいも・白菜・えのき・わかめ	鶏肉・味噌・米・砂糖 さつまいも・白菜・えのき・わかめ バナナ	鶏肉・卵・味噌・牛乳・米・砂糖 さつまいも・白菜・えのき・わかめ バナナ
14 日 火 27 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐入りのしどり 三色野菜のおかか和え 豆腐とねぎのすまし汁	やわらかごはん 豆腐入りのしどり 三色野菜のおかか和え 豆腐とねぎのすまし汁	ごはん 豆腐入りのしどり 三色野菜のおかか和え 豆腐とねぎのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・さつま芋がゆ	牛乳・さつま芋蒸しパン
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・鰹節 米・パン粉・砂糖・片栗粉 油・青のり・小松菜・人参・もやし	鶏肉・豆腐・味噌・鰹節 米・パン粉・砂糖・片栗粉・さつま芋 油・青のり・小松菜・人参・もやし	鶏肉・豆腐・味噌・鰹節・牛乳 米・パン粉・砂糖・片栗粉・H/M・さつま芋 油・青のり・小松菜・人参・もやし
15 日 水 28 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ すき焼き風煮 豆腐の磯辺煮 玉ねぎとわかめの味噌汁	やわらかごはん すき焼き風煮 豆腐の磯辺煮 玉ねぎとわかめの味噌汁	ごはん すき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ 油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・豆腐 米・じゃが芋・砂糖・人参・玉ねぎ・白菜 もやし・青のり・えのき・わかめ・長ねぎ	豚肉・味噌・豆腐 米・じゃが芋・砂糖・人参・玉ねぎ・白菜 もやし・青のり・えのき・わかめ・長ねぎ	豚肉・味噌・ヨーグルト・油揚げ・牛乳・ちくわ 米・じゃが芋・砂糖・人参・玉ねぎ・白菜・油・豆腐 もやし・青のり・えのき・わかめ・長ねぎ
16 日 木 29 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 鮭の照り焼き 人参の金平 豆腐とわかめの味噌汁	やわらかごはん 鮭の照り焼き れんこんの金平 豆腐とわかめの味噌汁	ごはん 鮭の照り焼き れんこんの金平 豆腐とわかめの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おふ入りおじや	牛乳・おふラスク
	食材		鮭・味噌・豚肉・豆腐 米・砂糖 人参・わかめ	鮭・味噌・豚肉・豆腐 米・砂糖・油・麴 れんこん・人参・わかめ	鮭・味噌・豚肉・豆腐・牛乳・チーズ・油揚げ 米・砂糖・油・ごま・ごま油・麴 バター・れんこん・人参・わかめ
17 日 金 31 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐ハンバーグ 野菜サラダ 大根とえのきの味噌汁	やわらかごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 大根とえのきの味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 大根とえのきの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	プリン
	食材		豆腐・豚肉・味噌・米・わかめ パン粉・片栗粉・砂糖・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・大根・えのき	豆腐・豚肉・味噌・米・油・わかめ パン粉・片栗粉・マカロニ・砂糖・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・大根・えのき	豆腐・豚肉・卵・チーズ・味噌・牛乳・米・油・わかめ パン粉・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ・砂糖・玉ねぎ クチャップ・キャベツ・人参・きゅうり・大根・えのき
30 日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り煮 ポテトサラダ ミネストローネ	やわらかごはん 鶏肉の照り煮 ポテトサラダ ミネストローネ	ごはん チキンカツ ポテトサラダ ミネストローネ
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・バナナケーキ
	食材		鶏肉・米・薄力粉・パン粉 じゃが芋・砂糖・人参 きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・ホールトマト	鶏肉・米・薄力粉・パン粉・豆腐 油・じゃが芋・砂糖・マカロニ・人参 きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・ホールトマト	鶏肉・卵・ベーコン・牛乳・米・薄力粉・パン粉 油・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・マカロニ・人参 きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・ホールトマト・バナナ

	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
4日 土 18日 土	牛乳 菓子	ごはん	チキンビーンズ 粉ふき芋 コーンと野菜のスープ ④りんご⑧バナナ	牛乳 菓子	とりにく だいず ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ あおのり にんじん こーん ほーるとまと ばなな けちやつぶ りんご	502kcal たんぱく質 脂: 16.6g 塩: 1.3g
6日 月 20日 月	牛乳 菓子	ごはん	チキンカレー ひじきと切り干し大根のサラダ ⑥おふとわかめのすまし汁 ⑩豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	とりにく つな とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも ふ あぶら まよねーず	にんじん きりぼしだいこん たまねぎ ひじき・わかめ けちやつぶ きゅうり りんご・みずな いちごじゃむ	493kcal たんぱく質 脂: 19.4g 塩: 1.9g
7日 火 22日 水	牛乳 チーズ	野菜醤油ラーメン	フレンチサラダ バナナ	牛乳 ⑦七草がゆ風 ⑫青菜おにぎり	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう ちーず	ちゅうかめん あぶら さとう こめ	ちんげんさい はくさい たまねぎ きゅうり にんじん ばなな・もやし こまつな だいこん・かぶ	528kcal たんぱく質 脂: 13.9g 塩: 2.0g
8日 水 23日 木	牛乳 菓子	ごはん	コーン入り味噌バター肉じゃが ブロッコリーのおかか和え きのこのすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう かつおぶし	こめ ばたー あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ ぶろっこーり にんじん もやし えのき・しめじ まいたけ ながねぎ わかめ	463kcal たんぱく質 脂: 17.8g 塩: 1.6g
9日 木 24日 金	牛乳 菓子	ごはん	揚げさばの甘酢あん 磯辺和え 里芋と大根の味噌汁	牛乳 フレンチトースト	さば たまご あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さといも かたくりこ ばたー あぶら しゃくばん さとう	きゃべつ だいこん ほうれんそう にんじん もやし ながねぎ のり	502kcal たんぱく質 脂: 21.6g 塩: 1.6g
10日 金 21日 火	牛乳 菓子	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の白和え 野菜の味噌汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう まよねーず かたくりこ ごま	こまつな もやし にんじん まーまれーど きゃべつ たまねぎ	459kcal たんぱく質 脂: 14.5g 塩: 1.3g
11日 土 25日 土	牛乳 菓子	そばろ丼	さつまいも煮 白菜とえのきの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく たまご みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう さつまいも	はくさい えのき わかめ ばなな	533kcal たんぱく質 脂: 17.6g 塩: 1.5g
14日 火 27日 月	牛乳 菓子	ごはん	豆腐入りのしどり 三色野菜のおかか和え かきたま汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	とりにく たまご とうふ ぎゅうにゅう みそ かつおぶし	こめ H/M ばんこ さつまいも さとう あぶら かたくりこ	あおのり ながねぎ こまつな にんじん もやし	470kcal たんぱく質 脂: 16.9g 塩: 1.4g
15日 水 28日 火	ヨーグルト	ごはん	すき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ 油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ ちくわ よーくると あぶらあげ	こめ じゃがいも さとう しらたき	にんじん あおのり たまねぎ えのき はくさい わかめ もやし ながねぎ	426kcal たんぱく質 脂: 13.2g 塩: 1.3g
16日 木 29日 水	牛乳 チーズ	ごはん	鮭の照り焼き れんこんの金平 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 おふラスク	さけ ぎゅうにゅう みそ ちーず ぶたにく あぶらあげ とうふ	こめ こまあぶら さとう ふ あぶら ばたー ごま	れんこん にんじん わかめ	458kcal たんぱく質 脂: 17.3g 塩: 1.4g
17日 金 31日 金	牛乳 菓子	ごはん	豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 大根とえのきの味噌汁	プリン	とうふ みそ ぶたにく ぎゅうにゅう たまご ちーず	こめ まかろに あぶら まよねーず ばんこ さとう かたくりこ	たまねぎ きゅうり けちやつぶ だいこん きゃべつ えのき にんじん わかめ	478kcal たんぱく質 脂: 18.8g 塩: 1.3g
30日 木 	牛乳 菓子	ゆかりごはん	チキンカツ ポテトサラダ ミネストローネ	牛乳 バナナケーキ	とりにく たまご ベーコン ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はくりきこ まよねーず ばんこ さとう あぶら まかろに	にんじん ほーるとまと きゅうり ばなな たまねぎ きゃべつ	590kcal たんぱく質 脂: 23.3g 塩: 1.2g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。



今月の平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
488kcal	19.1g	17.9g	1.4g

2025年 1月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
4日 土 18日 土	ごはん	チキンピーンズ 粉ふき芋 コーンと野菜のスープ ④りんご⑩バナナ	牛乳 菓子	とりにく だいす ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ あおのり にんじん こーん ほーるとまと りんご けちやつぶ ばなな	562kcal 19.3g 脂: 16.9g 塩: 1.6g
6日 月 20日 月	ごはん	チキンカレー ひじきと切り干し大根のサラダ ⑥おふとわかめのすまし汁 ②⑩豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	とりにく つな とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも ふ あぶら まよねーず	にんじん きりぼしだいじん たまねぎ ひじき・わかめ けちやつぶ きゅうり りんご・みずな いちごじゃむ	544kcal 18.1g 脂: 20.8g 塩: 2.3g
7日 火 22日 水	野菜醤油ラーメン	フレンチサラダ バナナ	牛乳 ⑦七草がゆ風 ②⑩青菜おにぎり	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう	ちゅうかめん あぶら さとう こめ	ちんげんさい はくさい たまねぎ きゅうり にんじん ばなな・もやし こまつな だいこん・かぶ	492kcal 17.8g 脂: 13.7g 塩: 1.7g
8日 水 23日 木	ごはん	コーン入り味噌バター肉じゃが ブロッコリーのおかか和え きのこのすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう かつおぶし	こめ ばたー あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ ぶろっこりー にんじん もやし えのき・しめじ まいだけ ながねぎ わかめ	474kcal 16.3g 脂: 13.2g 塩: 1.3g
9日 木 24日 金	ごはん	揚げさばの甘酢あん 磯辺和え 里芋と大根の味噌汁	牛乳 フレンチトースト	さば たまご あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さといも かたくりこ ばたー あぶら しょうばん さとう	きゃべつ だいこん ほうれんそう にんじん もやし ながねぎ のり	571kcal 23.2g 脂: 24.3g 塩: 1.9g
10日 金 21日 火	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の白和え 野菜の味噌汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう まよねーず かたくりこ ごま	こまつな もやし にんじん まーまれーど きゃべつ たまねぎ	553kcal 21.8g 脂: 21.1g 塩: 1.8g
11日 土 25日 土	そばろ丼	さつまいも煮 白菜とえのきの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく たまご みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう さつまいも	はくさい えのき わかめ ばなな	543kcal 16.7g 脂: 13.2g 塩: 1.7g
14日 火 27日 月	ごはん	豆腐入りのしどり 三色野菜のおかか和え かきたま汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	とりにく たまご とうふ ぎゅうにゅう みそ かつおぶし	こめ H/M ばんこ さつまいも さとう あぶら かたくりこ	あおのり ながねぎ こまつな にんじん もやし	515kcal 21.4g 脂: 17.6g 塩: 1.7g
15日 水 28日 火	ごはん	すき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ 油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ ちくわ あぶらあげ	こめ じゃがいも さとう しらたき	にんじん あおのり たまねぎ えのき はくさい わかめ もやし ながねぎ	566kcal 21.3g 脂: 21.3g 塩: 2.4g
16日 水 29日 火	ごはん	鮭の照り焼き れんごんの金平 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 おふラスク	さけ ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ ぶたにく とうふ	こめ ごまあぶら さとう ふ あぶら ばたー ごま	れんごん にんじん わかめ	481kcal 25.0g 脂: 16.2g 塩: 1.5g
17日 木 31日 水	ごはん	豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 大根とえのきの味噌汁	プリン	とうふ みそ ぶたにく ぎゅうにゅう たまご ちーず	こめ まかろに あぶら まよねーず ばんこ さとう かたくりこ	たまねぎ きゅうり けちやつぶ だいこん きゃべつ えのき にんじん わかめ	504kcal 19.3g 脂: 18.1g 塩: 1.6g
30日 木 	ゆかりごはん	チキンカツ ポテトサラダ ミネストローネ	牛乳 バナナケーキ	とりにく たまご ペーこん ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はくりきこ まよねーず ばんこ さとう あぶら まかろに	にんじん ほーるとまと きゅうり ばなな たまねぎ きゃべつ	669kcal 28.3g 脂: 26.2g 塩: 1.6g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
540kcal	20.9g	18.5g	1.7g