

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和7年1月)

日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
6月	御飯 白身魚フライ・ブロッコリー 小松菜のフレンチサラダ コンソメスープ	米 白身魚フライ 油 タルタルソース ブロッコリー 小松菜 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 シエルマカロニ 人参 コンソメ 醤油	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★グレープゼリー・★菓子 3連グレープゼリー ぼたぼた焼き
7火	ゆかり御飯 松風焼き 黒豆煮豆 味噌汁	米 ゆかり 鶏ミンチ 玉葱 卵 片栗粉 パン粉 味噌 砂糖 料理酒 醤油 サラダ油 白胡麻 黒豆煮豆 きざみあげ ネギ だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★抹茶ちんすこう 小麦粉 塩 サラダ油 砂糖 抹茶
8水	麻婆丼 チンゲンサイのナムル 中華スープ	米 合ミンチ 人参 玉葱 豆腐 醤油 味噌 赤だし味噌 砂糖 胡麻油 土生姜 片栗粉 ネギ チンゲンサイ 人参 白胡麻 塩 胡麻油 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
9木	ワカメ御飯 鶏肉の唐揚げ キャベツの胡麻ドレサラダ コンソメスープ	米 炊き込みわかめ 鶏肉 塩 胡椒 土生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 キャベツ 人参 コーン 胡麻ドレッシング マカロニ 人参 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 とろべー	牛乳 ★ココアのお誕生日ケーキ ホットケーキミックス ココア マーガリン 牛乳 ホイップクリーム
10金	御飯 豚肉と里芋の煮物 小松菜ともやしの和え物 味噌汁	米 豚肉 里芋 大根 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 小松菜 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 ネギ 白菜 だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	お茶 ★にゅうめん そうめん 人参 ネギ きざみあげ だし汁 醤油 みりん
11土	ワカメラーメン フルーツ	中華そば玉 鶏肉 ワカメ 玉葱 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト パイン缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
13月	成人の日			
14火	御飯 赤魚の煮付け チンゲンサイの和え物 すまし汁	米 赤魚 土生姜 料理酒 砂糖 みりん 醤油 チンゲンサイ 人参 砂糖 醤油 玉葱 切り麩 だし汁 醤油	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★米粉蒸しパン 米の粉 砂糖 サラダ油 BP
15水	ウインナーカレーライス キャベツの胡麻ドレサラダ デザート	米 あらびきウインナー 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 キャベツ 人参 コーン 胡麻ドレッシング 動物園ゼリー	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★オレンジゼリー・★菓子 3連オレンジゼリー ぱりんこ
16木	御飯 豚肉のソテー 高野豆腐の中華煮 中華スープ	米 豚肉 玉葱 人参 千切りピーマン サラダ油 塩 胡椒 砂糖 醤油 コンソメ 高野豆腐 人参 GP 中華スープペースト 醤油 砂糖 みりん ワカメ 大根 中華スープペースト 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★みたらし団子 白玉粉 醤油 砂糖 片栗粉 0.1歳：動物園ゼリー ぱりんこ
17金	御飯 メンチカツ ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁	米 メンチカツ 油 トンカツソース ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 白菜 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★コーンフレークバー コーンフレーク ホワイトマシュマロ 無塩バター
18土	きつねうどん フルーツ	うどん きざみあげ 鶏肉 砂糖 醤油 玉葱 人参 ネギ 醤油 みりん ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ

日	メニュー	主な食材	10時間食 乳児のみ	3時間食
20月	御飯 タラの味噌焼き ひじき煮 すまし汁	米 タラ 味噌 砂糖 料理酒 みりん ひじき きざみあげ GP 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 玉葱 切り麩 だし汁 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★リンゴ寒天 アップルジュース 粉寒天 砂糖
21火	御飯 八宝菜 揚げシュウマイ 中華スープ	米 豚肉 白菜 玉葱 人参 千切りピーマン 干椎茸 ムキエビ 片栗粉 サラダ油 料理酒 醤油 中華スープペースト 塩 シューマイ 油 ワカメ もやし 中華スープペースト 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★マーラーカオ 小麦粉 BP 卵 サラダ油 牛乳 醤油 砂糖 黒胡麻
22水	パン クリームシチュー コールスローサラダ デザート	ロールパン 鶏肉 玉葱 じゃがいも 人参 サラダ油 塩 胡椒 シチュールウ 牛乳 コンソメ キャベツ 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 動物園ゼリー	牛乳 ぱりんこ	お茶 ★ゴマおやき 米 胡麻油 黒胡麻 白胡麻 塩 醤油
23木	御飯 豚肉と厚揚げの煮物 ひじきとコーンの和え物 味噌汁	米 豚肉 絹厚揚げ 白菜 人参 サラダ油 だし汁 砂糖 醤油 ひじき 醤油 コーン 人参 砂糖 醤油 小松菜 えのき だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★スコーン ホットケーキミックス マーガリン 牛乳 砂糖
24金	御飯 エビフライ・ブロッコリー ミニナポリタン コンソメスープ	米 エビフライ トンカツソース 油 ブロッコリー スパゲティ あらびきウインナー 玉葱 サラダ油 ケチャップ 塩 胡椒 人参 玉葱 コンソメ 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
25土	味噌ラーメン フルーツ	中華そば玉 豚肉 白菜 玉葱 ネギ こしょう みりん 味噌 中華スープペースト 黄桃缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
27月	御飯 アジの南蛮漬け 大根の和え物 味噌汁	米 アジ 料理酒 塩 片栗粉 油 玉葱 酢 砂糖 醤油 千切りピーマン 大根 人参 コーン 砂糖 醤油 ワカメ 白菜 だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★麩のラスク 切り麩 マーガリン グラニュー糖
28火	御飯 筑前煮 キャベツのゴマ和え すまし汁	米 鶏肉 ササガキ 人参 板コンニャク GP サラダ油 砂糖 醤油 みりん キャベツ 人参 砂糖 醤油 白胡麻 切り麩 ネギ だし汁 醤油	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
29水	御飯 揚げ餃子・ブロッコリー 春雨サラダ 中華スープ	米 ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー 春雨 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 ニラ 玉葱 中華スープペースト 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★ブレーン蒸しパン ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 牛乳
30木	御飯 ミートボールのケチャップ煮 ポテトサラダ コンソメスープ	米 ミートボール サラダ油 玉葱 千切りピーマン ケチャップ 砂糖 醤油 じゃがいも MV 人参 エッグケアマヨネーズ 塩 胡椒 シエルマカロニ 人参 コンソメ 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★星型ポテト 星型ポテト 油
31金	御飯 鶏そぼろ丼 切干大根の煮物 味噌汁	米 鶏ミンチ 砂糖 醤油 料理酒 みりん サラダ油 人参 ネギ 切干大根 人参 ムキ枝豆 サラダ油 砂糖 醤油 もやし 小松菜 だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ヨーグルト エースコイン アレルギー代替菓子：ぱりんこ

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	545	18.9	18.3	266	2.1
3歳以上児	551	19.5	17.3	216	2.3

※この値は一ヶ月の平均値です。

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
 ※ 国産のお米を使用しております。
 ※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
 ※ エッグケアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。