

## 令和7年 1月分 3歳以上児献立表

玉成幼稚園(にじのへ)

4日(土) ごはん/とうふだんご/にんじんしりしり/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	20日(月) ごはん/とりにくのとまとにひじきのちゅうかあえ/ふらいどぼてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
6日(月) ごはん/とりにくのとまとに/きりぼしだいこんのちゅうかあえ/ろーすとぼてと/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	21日(火) ごまこんぶおにぎり/さけのしおやき/こんさいのにも/きやべつのおかかあえ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
7日(火) ごまこんぶおにぎり/さけのしおやき/こんさいのにも/きやべつのおかかあえ/りんご [PM] ★/ぎゅうにゅう	22日(水) わふうかれー/ぶろっこりーさらだ/くだもの [PM] さつまいもぱい/ぎゅうにゅう
8日(水) わふうかれー/ぶろっこりーさらだ/くだもの [PM] こーんちやうだー/くらっかー	23日(木) まーぼーどん/なむる/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
9日(木) まーぼーどん/なむる/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	24日(金) しょくぱん/とりにくのぱんこやき/ころころさらだ/まかろにあべかわ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
10日(金) しょくぱん/とりにくのぱんこやき/ころころさらだ/なぼりたん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	25日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/ぼてとさらだ/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
11日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/ぼてとさらだ/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	27日(月) ごはん/さばみそに/いそべあえ/ちぢみ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
14日(火) ごはん/とりにくのしおからあげ/こまつなのおいすたーいた/さつまいものあまに/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	28日(火) ごはん/とりにくのしおからあげ/こまつなのおいすたーいた/さつまいものあまに/りんご [PM] ★/ぎゅうにゅう
15日(水) あんかけやきそば/ろーすとぼてと/くだもの [PM] ようふうおにぎり/ぎゅうにゅう	29日(水) あんかけやきそば/ろーすとぼてと/くだもの [PM] だまこじる/ぎゅうにゅう
16日(木) しおむすび/まつかぜやき/きやべつとつなのしおだれあえ/ごぼうちっぷす/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	30日(木) しおむすび/まつかぜやき/きやべつとつなのしおだれ/れんこんちっぷす/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
17日(金) こっぺぱん/ぼーくちやっぷ/やきやさいのさらだ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	31日(金) こっぺぱん/ぼーくちやっぷ/やきやさいのさらだ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
18日(土) ごはん/とうふだんご/にんじんしりしり/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	エネルギー:586 kcal たんぱく質:21.1 g 脂 質:20.7 g 食塩相当量:1.8 g

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、りんご、みかんから提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。

◎おやつについて

- ・★印は日替わりで市販のおやつを提供します。
- ・毎週水曜日は保育園の厨房で調理したおやつを提供します。