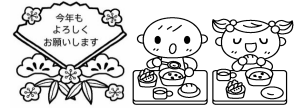


2025年



こんだてびょう



三ツ境たんぼぼ保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3色分類			午後おやつ	
				黄 (カや体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)		
27	月	クラッカー	チキンカレー スープ 白菜のコールスローサラダ	七分つき米、じゃがいも、さつまいも、片栗粉、マヨネーズ、砂糖、油、ホットケーキ粉	牛乳、調製豆乳、鶏もも(皮なし)、いわし	バナナ、たまねぎ、はくさい、にんじん、キャベツ、コーン缶、こまつな	小松菜と人参のパンケーキ 果物 牛乳	
14	28	火	ごごかな ご飯 みそ汁 さけの塩焼き 切干大根の煮物	七分つき米、さつまいも、砂糖	牛乳、しろさけ、生クリーム、絹ごし豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし	いちご、いちごジャム、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、いんげん、粉かんでん	いちごのパパロア 牛乳	
15	29	水	小麦胚芽のビスケット	ご飯 みそ汁 冬の寒さになんか負けないぜ炒め ブロッコリーのごまあえ	七分つき米、砂糖、油、片栗粉、油、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)赤身、豚レバー、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、ごぼう、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、ごま、すりごま	レバーかりんとう 果物 牛乳
16	30	木	ミレービスケット	ご飯 みそ汁 カレーの照り焼き 根菜の煮物	七分つき米	牛乳、カレイ、木綿豆腐、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	りんご、れんこん、にんじん、たまねぎ、ごぼう、いんげん、わかめ、あおのり	カルシウムおにぎり 果物 牛乳
17	31	金	プレーンビスケット	～わくわく給食～ おにぎり おかわりしてね！元気もりもり豚汁 こんこん和え	七分つき米、マカロニ、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)赤身、きな粉、油揚げ、白みそ	みかん、にんじん、だいこん、ごぼう、きゃべつ、きゅうり	マカロニきな粉 果物 牛乳
4	18	土	小麦胚芽のビスケット	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐	七分つき米、砂糖、油、ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、たけのこ(水煮)、たまねぎ、ねぎ、にんにく、しょうが、わかめ	おせんべい 果物 牛乳
6	20	月	クラッカー	ご飯 すまし汁 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え	七分つき米、ホットケーキ粉、砂糖、焼ふ	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、調製豆乳	ほうれんそう、オレンジ、にんじん、だいこん、ごま	ココアパンケーキ 果物 牛乳
7		火	ご飯・七草がゆ みそ汁 炒めなます カレイの風味焼き	さつまいも、七分つき米、砂糖、油、砂糖	牛乳、カレイ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、いわし、油揚げ	りんご、だいこん、たまねぎ、れんこん、にんじん、かぶ、レモン果汁、いんげん、かぶ・葉、ごま、あおのり	たづくりりんごとおさつのきんとん 牛乳	
21		プレーンビスケット	ご飯 みそ汁 炒めなます カレイの風味焼き			りんご、だいこん、たまねぎ、れんこん、にんじん、レモン果汁、いんげん、ごま、あおのり		
8	22	水	小麦胚芽のビスケット	ご飯 みそ汁 松風焼き にんじんのつなあえ	七分つき米、干しとうめん、パン粉、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、鶏もも(皮なし)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ツナ水煮缶	オレンジ、もやし、にんじん、はくさい、たまねぎ、ごま、あおのり	にゅうめん 果物 牛乳
9	23	木	ミレービスケット	ご飯 みそ汁 さわらの味噌焼き ひじきの煮物	七分つき米、片栗粉、米粉、砂糖、マヨネーズ(卵不使用)、油	牛乳、さわら、絹ごし豆腐、粉チーズ、生揚げ、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、だいこん、にんじん、いんげん、ひじき、わかめ	チーズボール 果物 牛乳
10		金	プレーンビスケット	フランスパン チリコンカン スープ 蒸し野菜のサラダ	フランスパン、さつまいも、もち、油	牛乳、ゆであずき、豚ひき肉、大豆水煮、いわし	みかん、たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン、ブロッコリー	～鏡開き～ おしるこ 小魚 果物、牛乳
24					七分つき米、フランスパン 給食、さつまいも、油	牛乳、豚ひき肉、大豆水煮缶、さけ	みかん、たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン、ブロッコリー、ごま、わかめ	おにぎり(鮭わかめ) 果物 牛乳
11	25	土	小麦胚芽のビスケット	鶏肉の照り焼き丼 みそ汁 さつまいものレモン煮	七分つき米、さつまいも、砂糖、油	牛乳、鶏もも(皮なし)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、ねぎ、レモン果汁	おせんべい 果物 牛乳

給食MEMO

- ★献立表に記載の食材は必ず確認して下さい。
- ★行事、その他の都合により献立を変更することがあります。
- ★午前のおやつは乳児クラスに提供します。麦茶が付きます。
- ★1月提供予定のくだもの: ネーブル、りんご、バナナ、みかん、いちご (入荷状況により変わります。) 午後おやつと一緒に果物を提供します。