



1月献立表



令和6年12月27日 社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	水			年始休み			
2	木			年始休み			
3	金			年始休み			
4	土	麦茶・ウエハース		チンジャオ丼・中華スープ・りんご		麦茶・ハッピーターン	
5	日						
6	月	牛乳・塩煎餅		ご飯・豚マーマレード焼き・マカロニ大豆サラダ・ かぼちゃごま煮・大根味噌汁・バナナ	バナナ→みかん	牛乳★渦巻きかりんとう	牛乳→麦茶
7	火	牛乳・えびせん		ご飯・信田巻き・大学芋・白菜お浸し・若布味噌汁・りんご		牛乳★羊羹	牛乳→麦茶
8	水	牛乳・ サッポロポテト		ご飯・鮭味噌カツ・フレンチトマトサラダ・ 茹でブロッコリー・かぼちゃスープ・オレンジ		牛乳 ★メロンパン風トースト	牛乳→麦茶 食パン→除去パン バター→除去
9	木	牛乳・ ハッピーターン		ご飯・タンドリーチキン・さつま芋マッシュ・そうめんサラダ・ キャベツ味噌汁・バナナ	バナナ→オレンジ	牛乳★ドーナツ	牛乳→麦茶
10	金	牛乳・揚げ煎餅		ご飯・鱈ごま竜田・じゃが芋きんぴら・ほうれん草ツナ和え・ 豆腐味噌汁・オレンジ (鏡開き)		牛乳★山田せんべい餅 (ホットケーキ)	牛乳→麦茶
11	土	麦茶・ビスケット		チキンライス・野菜スープ・りんご		麦茶・塩煎餅	
12	日						
13	月			成人の日			
14	火	牛乳・コーン菓子		ご飯・チキンカツ・ひじき和風サラダ・トマト・ 小松菜味噌汁・オレンジ		牛乳★野菜クラッカー	牛乳→麦茶 粉チーズ→除去
15	水	フルーツゼリー		おにぎり(鮭・若布)・みずき団子・きゅうりさっぱり漬け・ けんちん汁・みかん (みずき団子作り)		★うどん	
16	木	牛乳・ウエハース		ご飯・鶏照り焼き・スパゲティソテー・小松菜ツナ和え・ 大根味噌汁・バナナ	バナナ→みかん	★塩ラーメン	中華麺→そうめん
17	金	牛乳・ビスケット		ご飯・鮭青のりフライ・グリーンサラダ<胡麻ドレ>・ 椎茸入り納豆・かぼちゃスープ・オレンジ		牛乳★ピザトースト	牛乳→麦茶 チーズ→除去 食パン→除去パン
18	土	麦茶・えびせん		鶏そぼろ丼・豆腐味噌汁・りんご		麦茶・ハッピーターン	
19	日						
20	月	牛乳・ サッポロポテト		ご飯・鮭マヨネーズ焼き・スイートポテトサラダ・千草煮・ 豆腐味噌汁・オレンジ		麦茶★たぬきおにぎり	
21	火	牛乳・ウエハース		ご飯・炒り豆腐・かぼちゃ天・枝豆・鮭つみれ汁・バナナ	バナナ→みかん	牛乳★カレーピザ	牛乳→麦茶
22	水	牛乳・えびせん		豚とコーンの味噌バターライス・洋風春巻き・ スパゲティサラダ・たこさんウインナー・大根味噌汁・りんご	バター・チーズ →除去	ジョア★ごま蒸しパン	ジョア→ミニジュース
23	木	牛乳・山田煎餅		ご飯・鮭照り焼き・切干大根五目煮・キャベツごまサラダ・ 高野豆腐味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・クラッカー	ヨーグルト→ゼリー
24	金	牛乳・コーン菓子		ご飯・肉豆腐・竹輪磯辺揚げ・スティックきゅうり・なめこ汁・ りんご		牛乳・パイ菓子	牛乳→麦茶
25	土	フルーツゼリー		ドライカレー・野菜スープ・オレンジ (2歳児参観日)		麦茶・塩煎餅	
26	日						
27	月	牛乳・ サッポロポテト		ご飯・鯖竜田揚げ(鱈竜田揚げ)・ジャーマンポテト・ 和風サラダ・小松菜味噌汁・りんご		麦茶★焼きおにぎり	
28	火	牛乳・ビスケット		ご飯・豚ソース焼き・じゃが芋甘辛煮・小松菜ふりかけ・ 大根味噌汁・バナナ	バナナ→みかん	牛乳★タコ焼き風パン	牛乳→麦茶
29	水	牛乳・ウエハース		炊込みご飯・鶏カレー唐揚げ・コーンサラダ<りんごドレ>・ 餃子ピザ・すまし汁・オレンジ (誕生会)		ブドウジュース ★ティラミス風トースト (ジャムサンド)	食パン→除去パン
30	木	牛乳・ ハッピーターン		ご飯・麻婆豆腐・さつま芋フライ・涼伴三条・肉団子スープ・ バナナ	バナナ→オレンジ	ジョア★りんごケーキ	ジョア→ミニジュース
31	金	牛乳・塩煎餅		ご飯・鮭ごま味噌焼き・ひじき五目煮・マカロニサラダ・ キャベツ味噌汁・りんご		牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶

1月平均摂取エネルギー (以上児: 593Kcal・未満児: 503Kcal)

※ご家庭での食事において変化等がありましたら、お知らせ下さい。 ※食物アレルギーに関しては個別に対応します。 ※()内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪等の加工食品はアレルギーフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにして持たせて下さい。 ※食材の都合により献立を変更する場合があります。 ご了承下さい。