



# 2024年度1月 幼児食献立予定表



ニチキッズたひ東保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質	
			午後おやつ		
4 (土)	ご飯 けんちん汁 高野のオランダ煮 ほうれん草のツナ和え じゃがいも揚げ みかん缶	豆乳/米/かつおごんぶだし/さといも、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、しょうゆ、食塩/高野豆腐、油、片栗粉、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれん草、ブロッコリー、コーン(冷)、ツナ水煮缶、砂糖、味噌、酢/じゃがいも/油/片栗粉/みかん缶/豆乳、小麦粉/砂糖/砂糖/油/こま/食塩	牛乳	527 kcal	
			新潟仕込みせんべい	17.6 g	
			牛乳	19.0 g	
6 (月)	ツナとお豆のカレー オニオンスープ 切り干し大根のナムル みかん缶	豆乳/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、りんご、だいず水煮缶詰、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰、水、鶏がらスープの素、カレー粉、中濃ソース、食塩、米粉、水/油、たまねぎ、水、鶏がらスープの素、食塩/切り干しだいこん、にんじん、こまつな、カットわかめ、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/みかん缶/豆乳/みかん濃縮果汁/砂糖/寒天/グレープフルーツ果汁	牛乳	446 kcal	
			新潟仕込みせんべい	16.2 g	
			牛乳	9.6 g	
15 29 (水)	ご飯 なすのおみそ汁 肉豆腐 ほうれん草のお浸し バナナ	牛乳/米/かつおだし汁、なす、にんじん、ねぎ、みそ/豚肉(もも)、おろししょうが、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれん草、しらす、えのきたけ、かつお節、しょうゆ/バナナ/牛乳/ごま油、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ほうれん草、小麦粉、鶏がらスープの素、水	牛乳	456 kcal	
			いもけんぴ	19.4 g	
			牛乳	13.2 g	
16 30 (木)	ご飯 ほうれん草のおみそ汁 さげのこまだれかけ ひじき入り五目煮豆 グレープフルーツ	牛乳、/米、/かつおだし汁、ほうれん草、たまねぎ、もやし、みそ、/さげ、片栗粉、油、水、砂糖、しょうゆ、みりん、すりごま、ごま、片栗粉、/油、ひじき、油揚げ、煮大豆、鶏肉、さつまいも、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん、/グレープフルーツ、/牛乳、/油、さといも、食塩、米粉、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、	牛乳	474 kcal	
			ぼてこ	23.3 g	
			牛乳	13.8 g	
17 31 (金)	ツナとお豆のカレー オニオンスープ 切り干し大根のナムル みかん	牛乳/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、りんご、だいず水煮缶詰、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰、水、鶏がらスープの素、カレー粉、中濃ソース、食塩、米粉、水/油、たまねぎ、水、鶏がらスープの素、食塩/切り干しだいこん、にんじん、こまつな、カットわかめ、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/みかん/牛乳/砂糖、水、ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、水	牛乳	428 kcal	
			おさつどき	15.9 g	
			牛乳	12.4 g	
18 (土)	ご飯 こまつなのすまし汁 松風焼き 鶏肉と根菜の煮物 バナナ	牛乳/米/かつお・昆布だし汁、こまつな、にんじん、えのきたけ、しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、みそ、みりん、ごま、あおのり/油、鶏もも肉、さといも、れんこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/バナナ/牛乳/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳、卵、油	牛乳	522 kcal	
			新潟仕込みせんべい	21.0 g	
			牛乳	18.7 g	
20 (月)	ご飯 キャベツの豆乳汁 かれのトマトソースかけ マセドアンサラダ オレンジ	牛乳/米/かつおだし汁、キャベツ、みそ、すりごま、豆乳/かれの、片栗粉、油、油、たまねぎ、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/米、小麦粉、キャベツ、にんじん、しらす干し、卵、ごま、みそ	牛乳	487 kcal	
			新潟仕込みせんべい	23.4 g	
			牛乳	13.6 g	
7 (火)	菜飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き にんじんしりしり みかん	牛乳/米、油、こまつな、食塩/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、みそ/鶏もも肉、カシワム込みかけ ゆかり、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/ごま油、ツナ水煮缶、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、食塩、しょうゆ、みりん、かつお節/みかん/牛乳/りんご、砂糖、無塩バター、ヨーグルト(無糖)、砂糖(23日)ほうれん草、ごま、米、塩(7日) 7日のみ昼食フルーツバナナ	牛乳	478 kcal	
			いもけんぴ	20.2 g	
			七草風おにぎり(7日) 焼きりんご(23日)	14.2 g	
8 22 (水)	ご飯 にんじんのおみそ汁 かれの揚げ浸し ごぼうの甘辛煮 グレープフルーツ	牛乳/米/かつおだし汁、ほうれん草、にんじん、もやし、みそ/かれの、食塩、油、たまねぎ、砂糖、食塩、酢/油、じゃがいも、ごぼう、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)/グレープフルーツ/牛乳/クラッカー、きな粉、砂糖、牛乳	牛乳	492 kcal	
			ぼてこ	22.2 g	
			牛乳	16.1 g	
9 21 (木)	ご飯 れんこんのおみそ汁 さげのポテト焼き ほうれん草の納豆和え みかん	牛乳/米/かつおだし汁、はくさい、れんこん、しめじ、みそ/さげ、じゃがいも、食塩、ノンエッグマヨネーズ、かつおだし汁、パセリ粉/ほうれん草、にんじん、もやし、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油/みかん/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、水	牛乳	478 kcal	
			おさつどき	22.8 g	
			牛乳	16.0 g	
10 24 (金)	塩あなかけ野菜丼 ねぎのおみそ汁 かぼちゃのオープン焼き バナナ	牛乳/米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、にんじん、こまつな、コーン(冷凍)、鶏がらスープの素、水、食塩、片栗粉、水/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/かぼちゃ、油、食塩/バナナ/牛乳/米、カットわかめ、しらす干し、しょうゆ、ごま	牛乳	504 kcal	
			いもけんぴ	20.1 g	
			牛乳	13.4 g	
11 25 (土)	ご飯 さといものスープ チリコンカン風 味噌ドレッシングサラダ グレープフルーツ	牛乳/米/水、さといも、ブロッコリー、にんじん、鶏がらスープの素、食塩/油、たまねぎ、鶏ひき肉、だいず水煮缶詰、ホールトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、しょうゆ/キャベツ、しらす、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢、みそ/グレープフルーツ/牛乳/スパゲティ、食塩、無塩バター、おろしにんにく、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶、しょうゆ、食塩	牛乳	469 kcal	
			新潟仕込みせんべい	20.5 g	
			牛乳	16.1 g	
27 (月)	ご飯 わかめのすまし汁 鶏肉のみそマヨ焼き さつまいものきんぴら オレンジ	牛乳/米/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ/鶏もも肉、おろししょうが、ノンエッグマヨネーズ、みそ/油、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/オレンジ/牛乳/食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳	481 kcal	
			新潟仕込みせんべい	22.1 g	
			牛乳	15.2 g	
14 28 (火)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 かれの中華蒸し 紅白煮 みかん	牛乳/米/油、豚ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、鶏がらスープの素、みそ/ごま油、チンゲンサイ、かれの、食塩、ねぎ、おろししょうが、ごま油、しょうゆ/かつおだし汁、じゃがいも、にんじん、砂糖、しょうゆ、食塩/みかん/牛乳/きな粉、砂糖、食塩、マカロニ	牛乳	444 kcal	
			おさつどき	21.8 g	
			牛乳	12.2 g	
				マカロニきな粉	
				1月平均栄養量	
				471 kcal	
				20.4 g	
				14.2 g	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。  
 ◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。  
 献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。

