








令和7年度 1月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
12日 月曜日	成人の日 							
13日 火曜日	ゆかりご飯	鶏の照り焼き	ほうれん草とコーンのソテー フライドポテト オニオンスープ、白桃缶	黒糖蒸しパン (ホットケーキ、 黒砂糖、豆乳)	米、砂糖、油、フライド ポテト	鶏肉	ほうれん草、玉ねぎ、 コーン、白桃缶	ゆかり粉、醤油、みり ん、コンソメ、塩、バセ リ粉、こしょう
14日 水曜日	お弁当日 			マカロニみたらし (マカロニ、砂糖、醤油、 片栗粉)				
15日 木曜日	ごはん	豚の生姜焼き	大根サラダ ちくわとインゲンの磯辺マヨ和え 麩とわかめのみそ汁、黄桃缶	いちごスコーン (ホットケーキ、豆乳、 油、いちごジャム、砂糖)	米、油、砂糖、切麩	豚肉、かつお節、ちく わ、青のり粉、わかめ、 味噌	玉ねぎ、生姜、大根、 コーン、人参、インゲ ン、黄桃缶	醤油、酒、みりん、和風 ドレッシング、エッグケ ア、だし
16日 金曜日	ごましおご飯	あじの南蛮漬け	れんごんのきんぴら お豆のサラダ 小松菜と椎茸のすまし汁、パイン缶	かぼちゃ団子 (かぼちゃ、白玉粉、 きな粉、砂糖)	米、黒ゴマ塩、砂糖、ご ま油、片栗粉、油	あじ、水煮大豆、ツナ	玉ねぎ、れんごん、人 参、インゲン、キャベ ツ、椎茸、小松菜、パイ ン缶	みりん、醤油、エッグケ ア、塩、だし、酢
19日 月曜日	具だくさんうどん おたんじょうび会		のり塩粉ふき芋 キャベツの甘酢和え ピーチゼリー 	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、じゃが芋、砂 糖、ピーチゼリーの素	鶏肉、刻み油揚げ、青の り粉	椎茸、小松菜、人参、大 根、ねぎ、キャベツ、白 桃缶	だし、醤油、みりん、 酒、塩、酢
20日 火曜日	菜飯	さばの塩焼き	ブロッコリーとウィンナーのソテー さつま芋のサラダ 玉ねぎと揚げのみそ汁、パイン缶	マーマレード蒸しパン (マーマレード、ホットケーキ、 豆乳)	米、油、さつま芋	さば、ウィンナー、油揚 げ、味噌	ブロッコリー、玉ねぎ、 人参、胡瓜、パイン缶	菜めし、塩、コンソメ、 エッグケア、だし
21日 水曜日	お弁当日 			大豆と小魚の甘辛和え (水煮大豆、食べる小魚、 片栗粉、油、醤油、砂糖)				
22日 木曜日	わかめご飯	チキンのトマト煮	かぼちゃのソテー ほうれん草とツナの和え物 キャベツと玉ねぎのスープ、黄桃缶	マスカットゼリー (マスカットゼリーの素、 水)	米、砂糖、油、じゃが芋	鶏肉、ツナ	かぼちゃ、ほうれん草、 もやし、人参、キャベ ツ、玉ねぎ、黄桃缶、し めじ、トマト缶	炊き込みわかめ、ケ チャップ、醤油、こしょ う、塩、だし、コンソ メ、バセリ粉
23日 金曜日	ゆかりご飯	豚肉のごま炒め	ツナじゃが煮 白菜のボン酢和え 麩とわかめのみそ汁、オレンジ	さつまいもスティック (さつま芋、油、 砂糖、塩)	米、ごま油、ごま、砂 糖、じゃが芋、切麩	豚肉、ツナ、わかめ、味 噌	キャベツ、玉ねぎ、ピー マン、人参、白菜、コー ン、オレンジ	ゆかり粉、醤油、みり ん、だし、ボン酢
26日 月曜日	カレーライス		キャベツとマカロニのサラダ ポイルブロッコリー りんご	バナナケーキ (バナナ、ホットケーキ、 豆乳、油、砂糖)	じゃが芋、油、米、マカ ロニ	豚肉	人参、玉ねぎ、キャベ ツ、コーン、ブロッコ リー、りんご	カレールー、エッグケ ア、塩、こしょう
27日 火曜日	ごはん	八宝菜	蒸ししゅうまい 大根とツナのサラダ もやしとチンゲン菜のスープ、パイン缶	ツナチヂミ (小麦粉、片栗粉、ツナ、 人参、ほうれん草、ごま油)	米、片栗粉、油	豚肉、焼売、ツナ	白菜、玉ねぎ、人参、椎 茸、生姜、大根、コー ン、もやし、チンゲン 菜、パイン缶	中華あじ、醤油、みり ん、和風ドレッシング、 塩
28日 水曜日	お弁当日 			ぶどうゼリー (ゼリーの素(ぶどう)、水)				
29日 木曜日	炊き込みご飯	赤魚の煮付け	白菜と揚げの煮びたし ポテトサラダ 小松菜と豆腐のすまし汁、みかん缶	フルーツボンチ (フルーツカクテル缶、三色寒天缶、 レモン汁)	米、砂糖、じゃが芋	鶏肉、赤魚、油揚げ、か つお節、豆腐	人参、椎茸、絹さや、生 姜、白菜、枝豆、小松 菜、みかん缶	だし、醤油、酒、みり ん、エッグケア、塩
30日 金曜日	わかめご飯	鶏の唐揚げ	コールスローサラダ かぼちゃの煮物 なめことねぎのみそ汁、黄桃缶	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、ホットケーキ、 砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、片栗粉、油、砂糖	鶏肉、味噌	生姜、キャベツ、人参、 コーン、かぼちゃ、ね ぎ、なめこ、黄桃缶	炊き込みわかめ、醤油、 酒、エッグケア、塩、こ しょう、だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

