



献立表

2025 西嶺保育園

1日（月） サワラの柚庵焼き サワラ ゆず果汁	2日（火） 鶏肉の梅マヨ焼き 鶏肉 梅干し マヨネーズ	3日（水） カレー 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋	4日（木） ちくわの磯辺揚げ ちくわ 青のり 天ぷら粉	5日（金）お誕生日会 グラタン 鶏肉 玉ねぎ しめじ マカロニ チーズ 牛乳 バター 小麦粉 スキムミルク 大根サラダ 大根 人参 きゅうり コーン ツナ 春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ りんごケーキ りんご バター 小麦粉 卵 ベーキングパウダー 牛乳	6日（土） 牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
ひじきの煮付け ひじき 油揚げ 人参	のり和え もやし キャベツ ピーマン 人参 油揚げ 刻み海苔 きのこのすまし汁 しめじ 玉ねぎ わかめ	ほうれん草のソテー ほうれん草 人参 コーン	人参しりしり 人参 卵 キャベツ ツナ コーン けんちん汁 大根 ごぼう 人参 豆腐 ねぎ		えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ
おふの赤だし ふ 玉ねぎ わかめ	小倉トースト あんこ バター 食パン	ドーナツ ホットケーキミックス	お好み焼き キャベツ 卵 豚バラ 天かす 青のり ねぎ マヨネーズ		市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
8日（月） からあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉	9日（火）お弁当の日 豚肉の生姜炒め 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 生姜	10日（水） サバの味噌煮 サバ 生姜	11日（木） かに玉 卵 カニカマ 玉ねぎ 片栗粉	12日（金） 四川風豆腐 豆腐 豚肉 玉ねぎ 干し椎茸 チンゲン菜 生姜 片栗粉	13日（土） 牛丼 牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく
マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 卵 玉ねぎ ハム マヨネーズ コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ	揚げと白菜の煮浸し 白菜 人参 油揚げ 椎茸のすまし汁 干し椎茸 玉ねぎ わかめ	里芋の煮物 里芋 さつま揚げ 人参 もやしの味噌汁 もやし 人参 玉ねぎ	つるつる炒め マロニー ベーコン キャベツ 人参 チンゲン菜 小松菜の中華スープ 小松菜 人参 玉ねぎ	切干大根の中華和え 切干大根 人参 ほうれん草 ツナ いりごま すりごま 卵スープ 卵 人参 玉ねぎ	えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ
みかん みかん	りんごジャムサンド りんごジャム 食パン	わかめおにぎり わかめご飯の素 米	アロエヨーグルト アロエ缶 ヨーグルト	コーンのパンケーキ ホットケーキミックス ハム コーン とろけるチーズ	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	
15日（月） サワラの柚庵焼き サワラ ゆず果汁	16日（火） カレー 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋	17日（水） 鶏肉の梅マヨ焼き 鶏肉 梅干し マヨネーズ	18日（木）クリスマス会 スパイシーからあげ 鶏肉 にんにく 生姜 小麦粉 片栗粉 カレー粉	19日（金） グラタン 鶏肉 玉ねぎ しめじ マカロニ チーズ 牛乳 バター 小麦粉 スキムミルク 大根サラダ 大根 人参 きゅうり コーン ツナ 春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ	20日（土） 和風スパゲッティ ほうれん草 しめじ ベーコン にんにく バター パスタ
ひじきの煮付け ひじき 油揚げ 人参	ほうれん草のソテー ほうれん草 人参 コーン	のり和え もやし キャベツ ピーマン 人参 油揚げ 刻み海苔 きのこのすまし汁 しめじ 玉ねぎ わかめ	マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 卵 玉ねぎ ハム マヨネーズ コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ	みかん みかん	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
おふの赤だし ふ 玉ねぎ わかめ	市販菓子	ドーナツ ホットケーキミックス	デコレーションケーキ スポンジケーキ ホイップ いちご いちごジャム チョコスプレー		市販菓子
小倉トースト あんこ バター 食パン	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
22日（月） サバの味噌煮 サバ 生姜	23日（火）おもちゃつき 豚肉の生姜炒め 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 生姜	24日（水） かに玉 卵 カニカマ 玉ねぎ 片栗粉	25日（木） ちくわの磯辺揚げ ちくわ 青のり 天ぷら粉	26日（金） 四川風豆腐 豆腐 豚肉 玉ねぎ 干し椎茸 チンゲン菜 生姜 片栗粉	27日（土） 和風スパゲッティ ほうれん草 しめじ ベーコン にんにく バター パスタ
里芋の煮物 里芋 さつま揚げ 人参	揚げと白菜の煮浸し 白菜 人参 油揚げ 椎茸のすまし汁 干し椎茸 玉ねぎ わかめ	つるつる炒め マロニー ベーコン キャベツ 人参 チンゲン菜 小松菜の中華スープ 小松菜 人参 玉ねぎ	人参しりしり 人参 卵 キャベツ ツナ コーン けんちん汁 大根 ごぼう 人参 豆腐 ねぎ	切干大根の中華和え 切干大根 人参 ほうれん草 ツナ いりごま すりごま 卵スープ 卵 人参 玉ねぎ	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
もやしの味噌汁 もやし 人参 玉ねぎ	ぜんざい(幼児) 白玉粉 上新粉 小豆缶	りんごジャムサンド りんごジャム 食パン	お好み焼き キャベツ 卵 豚バラ 天かす 青のり ネギ マヨネーズ	アロエヨーグルト アロエ缶 ヨーグルト	市販菓子
わかめおにぎり わかめご飯の素 米	芋ぜんざい(乳児) さつま芋 小豆缶	牛乳	牛乳		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		

☆ お誕生日会 ☆
今月は
5日（金）です

☆ お弁当の日 ☆
今月は
9日（火）です

★目標★

冬の旬の食材を感じよう

☆旬の食材☆

大根・ほうれん草・白菜

小松菜・ごぼう

ブロッコリー・りんご

※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください