



日	曜日	日	曜日	献立	主な材料	おやつ
4	月	18	月	幼児食 カレーライス スパゲティサラダ 野菜スープ	米 牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 サラダ用スパゲティ、ハム、きゅうり、人参 キャベツ、大根、人参、玉ねぎ、きのこ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 5倍がゆ～軟飯(完了期はカレーでも可) 肉じゃが スパゲティサラダ 野菜スープ	米 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 サラダ用スパゲティ、きゅうり、人参 キャベツ、大根、人参、玉ねぎ、きのこ	マカロニきなこ (マカロニ、きなこ)
5	火	19	火	幼児食 ごはん 鶏肉のトマトクリーム煮 はるさめサラダ 大根と人参のみそ汁	米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、野菜ミックスジュース、豆乳 小松菜、鶏ささみ、春雨 大根、人参	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 5倍がゆ 鶏肉のトマトクリーム煮(薄味) はるさめサラダ 大根、人参のみそ汁	米 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、野菜ミックスジュース、豆乳 小松菜、鶏ささみ、春雨 大根、人参	さつまいものオレンジ煮 (さつまいも、オレンジ果汁)
6	水	20	水	幼児食 ちゃんぽん 鶏のみぞれ煮 チヂミ	中華麺、豚肉、あさり水煮缶、キャベツ、もやし、人参、玉ねぎ 鶏肉、大根 ニラ、人参、玉ねぎ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 煮込みうどん 鶏のみぞれ煮 チヂミ	うどん、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、白菜、小松菜 鶏肉、大根 ニラ、人参、玉ねぎ	わかめおにぎり (ごはん、わかめ)
7	木	21	木	幼児食 ごはん 豆腐ナゲット 高野豆腐の含め煮 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	米 鶏ひき肉、絹豆腐 高野豆腐、芽ひじき、人参、小松菜 かぼちゃ、玉ねぎ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) ごはん 豆腐ナゲット 高野豆腐の含め煮 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	米 鶏ひき肉、絹豆腐 高野豆腐、芽ひじき、人参、小松菜 かぼちゃ、玉ねぎ	黒糖蒸しパン (ホットケーキミックス、黒糖、豆乳)
8	金	1月 行事食 お正月 メニュー		幼児食 しらすごはん 筑前煮 黒豆、みかんます 舞茸と手毬麩のおすまし	米、しらす、きざみのり 鶏もも肉、人参、ごぼう、里芋、こんにゃく、しいたけ、(さやいんげん) 黒大豆、大根、人参、みかん 舞茸、手毬麩	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) しらすがゆ 根菜の煮物、大根と人参のだし煮 ほうれん草と手毬麩のおすまし	米、しらす 鶏もも肉、人参、ごぼう、里芋、しいたけ、(さやいんげん) ほうれん草、手毬麩	フルーツサンド (サンドウィッチパン、豆乳生クリーム、いちご、バナナ)
12	火	26	火	幼児食 ごはん ふわふわシューマイ フロッキーとツナのサラダ わかめスープ	米 豚ひき肉、絹豆腐、しいたけ、玉ねぎ、(白菜) フロッキー、玉ねぎ、人参、ツナ わかめ、えのき、玉ねぎ、ほうれん草	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 5倍がゆ ふわふわシューマイ フロッキーとツナのサラダ わかめスープ	米 豚ひき肉、絹豆腐、しいたけ、玉ねぎ、(白菜) フロッキー、玉ねぎ、人参、ツナ わかめ、えのき、玉ねぎ、ほうれん草	きなこ/しょうゆのお餅 (お餅、きなこ、しょうゆ)
13	水	27	水	幼児食 しらすときゅうりのお寿司 ぶりのみぞれ煮 じゃがいもと鶏肉の煮物 かぶのみそ汁	米、しらす、きゅうり ぶり、大根 じゃがいも、鶏肉、人参、厚揚げ かぶ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) しらす(5倍)がゆ タラのみぞれ煮 じゃがいもと鶏肉の煮物 かぶのみそ汁	米、しらす タラ、大根 じゃがいも、鶏肉、人参 かぶ	菜飯おにぎり (米、かぶの葉、たくあん、のり、ごま) 菜飯がゆ (米、かぶの葉、のり、ごま)
14	木	28	木	幼児食 マカロニミート ポテトサラダ コンソメスープ	マカロニ、茄子、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、しめじ、トマト缶 じゃがいも、人参、玉ねぎ、きゅうり、ハム キャベツ、玉ねぎ、人参、ベーコン	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) マカロニミート ポテトサラダ 野菜スープ	マカロニ、茄子、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマト缶 じゃがいも、玉ねぎ、人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、人参	オニまんじゅう (さつまいも、薄力粉、砂糖、塩)
15	金	29	金	幼児食 三食丼 かぼちゃサラダ 具だくさんさつま汁	米、鶏ひき肉、ほうれん草、コーン かぼちゃ、きゅうり、ツナ缶 豚肉、さつまいも、大根、人参、青ネギ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 三食がゆ かぼちゃサラダ 具だくさんさつま汁	米、鶏ひき肉、ほうれん草(葉先)、コーン かぼちゃ、きゅうり、ツナ缶 豚肉、さつまいも、大根、人参	きなこおにぎり (ごはん、きなこ)
22	金	バースデー		幼児食 焼きそば きゅうりとひじきの酢の物 豆腐のすまし汁	焼きそば麺、豚肉、人参、もやし、干しエビ、青のり きゅうり、ツナ、ひじき、わかめ、白いりごま 木綿豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 焼きそば きゅうりとひじきの和え物 豆腐のすまし汁	焼きそば麺、豚肉、人参、もやし、干しエビ、青のり きゅうり、ツナ、ひじき、わかめ、白いりごま 木綿豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草	カップケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、果物)
25	月			幼児食 ごはん タラと白菜の和風煮 わかめ、きゅうり、しらすの酢の物 けんちん汁	米 タラ、白菜 わかめ、きゅうり、しらす 木綿豆腐、大根、人参、しめじ、青ネギ	くだもの
				離乳食 (後期～完了期) 5倍がゆ タラと白菜の和風煮 わかめ、きゅうり、しらすの和え物 けんちん汁	米 タラ、白菜 わかめ、きゅうり、しらす 木綿豆腐、大根、人参、青ネギ	ジャムサンド (食パン、ジャム)

※都合により、献立や使用食材を変更することがあります。 ※離乳食は個々の状態に合わせて食材やかたさを調整します。



日	曜日	日	曜日	献立	おやつ	主な材料
4	月	18	月	7倍がゆ 鶏ささみ、人参、玉ねぎのじゃがいもおろし煮 キャベツのとう煮	きなこがゆ	米 鶏ささみ、人参、玉ねぎ、じゃがいも、かつおこんぶだし わかめ、麩、かつおこんぶだし おかゆ、きなこ
5	火	19	火	(10倍)7倍がゆの具たくさんあんかけ 大根と人参のだし煮	さつまいものオレンジ煮	米、鶏ささみ、小松菜、人参、(玉ねぎ)、かつおこんぶだし 大根、人参、かつおこんぶだし さつまいも、オレンジ果汁
6	水	20	水	煮込みうどん 根菜のやわらか煮	かぼちゃとりんごのとう煮	米 ゆでうどん、わかめ、しらす、人参、かつおこんぶだし じゃがいも、大根、人参、かつおこんぶだし かぼちゃ、りんご
7	木	21	木	7倍がゆ 鶏ひき肉と豆腐のそぼろあん かぼちゃと玉ねぎのだし煮	にんじんとりんごのトロトロ	米 鶏ひき肉、絹豆腐、小松菜、人参、かつおこんぶだし かぼちゃ、(玉ねぎ)、かつおこんぶだし 人参、りんご
8	金	/	/	しらすかゆ 鶏ささみと野菜のふわっと煮 手揉麩のおすまし	バナナ	米 鶏ささみ、キャベツなどの葉物、人参、麩 手揉麩、かつおこんぶだし バナナ
12	火	26	火	7倍がゆ 鶏ささみと野菜のおろし煮 ほうれん草とわかめのスープ	きなこがゆ	米 鶏ささみ、ブロッコリー、人参、かつおこんぶだし ほうれん草、わかめ、かつおこんぶだし おかゆ、きなこ
13	水	27	水	7倍しらすかゆ じゃがいもと白身魚のとうあえ かぶのだし煮	かぼちゃとりんごのとう煮	米 じゃがいも、カレイかタラ、かつおこんぶだし かぶ、かつおこんぶだし かぼちゃ、りんご
14	木	28	木	(10倍)7倍がゆ 野菜のトマト煮 野菜スープ	さつまいものオレンジ煮	米、しらす 茄子、人参、トマト、じゃがいも、かつおこんぶだし キャベツ、人参、(玉ねぎ)、かつおこんぶだし さつまいも、オレンジ果汁
15	金	29	金	7倍がゆ かぼちゃの鶏ひき肉あんかけ 野菜とおいものだし煮	にんじんとりんごのトロトロ	米 かぼちゃ、鶏ひき肉、かつおこんぶだし さつまいも、大根、人参、かつおこんぶだし 人参、りんご
22	金	/	/	(10倍)7倍がゆ しらすと白菜のとうあえ 豆腐と野菜のおすまし	バナナ	米 しらす、白菜、かつおこんぶだし 絹豆腐、人参、ほうれん草、(玉ねぎ)、かつおこんぶだし さつまいも、オレンジ果汁
25	月	/	/	10倍~7倍がゆ タラと野菜のおろし煮 豆腐とわかめのだし煮	かぼちゃとりんごのとう煮	米 タラ、白菜、大根、人参、かつおこんぶだし 木綿豆腐、わかめ、かつおこんぶだし かぼちゃ、りんご

※都合により、献立や使用食材を変更することがあります。

### 1月 給食だよ!

新年あけましておめでとうございます。

本年も、元気いっぱいの子どもたちに負けないよう、おいしくて楽しい給食を心をこめて作りたと思います。お家でのお正月の食事エピソード(こんなものに挑戦したよ!・・・など)がございましたら、ぜひお知らせくださいね!

#### 今月の行事食は、「お正月料理」 それぞれに込められた意味をご紹介します!

●筑前煮

「ん(運)」がつく縁起の良い食材が多く使われます。たとえば「れんこん」は、無数の穴が空いていて、向こう側が見通せる=将来の見通しが良いとされます

●みかなます

紅白のお祝いの水引をイメージし、一家の平和を願う一品です

●黒豆

「マメ(豆)に元気に働けるように」と無病息災を祈って食されます

ことのは給食では、行事食を献立に取り入れ、子どもたちが楽しく、季節を感じられる、栄養たっぷりの旬の食材を摂るようにしています。今年も楽しみにしててください!

ことのは給食より