



# 給食献立表



高畑保育園  
令和7年2月1日

		昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
1	土	<マラソン大会> おにぎり 豚汁	牛乳 クッキー	豚肉、豆腐、味噌、牛乳	米、さといも	はくさい、にんじん、たまねぎ、ねぎ
3	月	鬼さんキーマカレー ココロサラダ フルーツ	牛乳 節分ケーキ	牛乳、ミンチ、大豆、魚肉ソーセージ、卵、生クリーム	米、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、きゅうり、コーン缶、海苔佃煮、いちご
4	火	鶏肉のスタミナ焼き 野菜ソテー わかめスープ	ミルク せんべい	鶏肉、脱脂粉乳	米、砂糖、バター、ごま、ごま油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、もやし、わかめ
5	水	魚の塩焼き ひじきとしらす和え かきたま汁	牛乳 南瓜マフィン	牛乳、魚、しらす、卵	米、ごま、砂糖、バター、ホットケーキミックス	ほうれんそう、ほしひじき、にんじん、もやし、たまねぎ、こねぎ、かぼちゃ
6	木	ちゃんぽん ゆで卵	牛乳 揚げパン	豚肉、えび、天ぷら、卵、牛乳、きな粉	米、ちゃんぽん麺、ロールパン、砂糖、油	キャベツ、たまねぎ、りょくとうもやし、にんじん、こねぎ
7	金	エビのフリッター 土佐和え すまし汁	牛乳 プチケーキ	牛乳、エビフリッター、かつお節、豆腐	米、油、砂糖、プチケーキ	キャベツ、にんじん、もやし、ほうれんそう、たまねぎ、あおさ
8	土	じゃが芋のトマト煮 えのきのすまし汁	牛乳 せんべい	豚肉、大豆、牛乳	米、じゃがいも、砂糖	たまねぎ、にんじん、えのきだけ、こねぎ
10	月	魚の西京焼き ひじきの炒り煮 冬野菜のポタージュスープ	牛乳 あんこ蒸しパン	牛乳、魚、大豆、油揚げ、天ぷら、あんこ	米、砂糖、しらたき、砂糖、バター、ホットケーキミックス	ほしひじき・にんじん、いんげん、たまねぎ、かぼちゃ、コーンクリーム缶、だいこん、レンコン
11	火	建国記念日				
12	水	親子丼 じゃが芋の味噌汁 フルーツ	牛乳 おかかおにぎり	牛乳、鶏肉、かまぼこ、卵、かつお節、味噌、脱脂粉乳	米、じゃがいも、じゃがいもでん粉、砂糖	乾しいたけ、にんじん、たまねぎ、こねぎ、はくさい、りんご
13	木	<お誕生日会> ハンバーガー、キャベツのゴマドレサラダ、フロッコリー、フルーツ、オニオンスープ、ヤクルト	牛乳 誕生日タルト	ミンチ、卵、豆腐、ヤクルト、牛乳、生クリーム	米、じゃが芋、ドレッシング、砂糖	たまねぎ、にんじん、きゅうり、フロッコリー、キャベツ、バナナ、いちご
14	金	かやくうどん 南瓜の煮付け	牛乳 コーンフレーク	牛乳、鶏肉、かつお節	米、うどん、砂糖	たまねぎ、にんじん、はくさい、わかめ、かぼちゃ
15	土	白菜の中華あんかけ 豆腐スープ	牛乳 ビスケット	豚肉、豆腐、牛乳	米、砂糖、じゃがいもでん粉	たけのこ、にんじん、はくさい、乾しいたけ、しょうが、あおさ、たまねぎ
17	月	すき焼き風煮 たまごスープ フルーツ	牛乳 マシュマロサンド	牛乳、卵、牛肉、焼き豆腐	米ビーフン、しらたき、砂糖	はくさい、にんじん、えのきだけ、生しいたけ、たまねぎ、バナナ
18	火	コロッケ しらす和え えのきのすまし汁	牛乳 フルーツロール	しらす、牛乳、生クリーム	米、コロッケ、油、ロールパン、砂糖	こまつな、にんじん、キャベツ、もやし生、えのき、たまねぎ、こねぎ、みかん缶、パイン缶
19	水	ぶりの甘辛炒め 酢の物 大根の味噌汁	牛乳 蒸しカステラ	牛乳、魚、味噌、厚揚げ、脱脂粉乳	米、じゃがいもでん粉、油、ごま、はるさめ、砂糖	きゅうり、わかめ、みかん、たまねぎ、だいこん、にんじん
20	木	スパニッシュオムレツ フロッコリーの海苔和え 麩のすまし汁	牛乳 スイートポテト	合いミンチ、卵、牛乳、生クリーム	米、じゃがいも、砂糖、焼きふ、さつまいも、バター	たまねぎ、にんじん、フロッコリー、海苔佃煮、こねぎ
21	金	ハヤシチュー フルーツポンチ	牛乳 ドーナツ	牛乳、牛肉	米、砂糖	ぶなしめじ、たまねぎ、にんじん、もも缶、パイ缶、みかん缶、バナナ
22	土	麻婆豆腐 春雨スープ	牛乳 せんべい	合いミンチ、木綿豆腐、牛乳	米、砂糖、はるさめ	たまねぎ、にんじん、こねぎ、わかめ
24	月	天皇誕生日 振替休日				
25	火	海苔パスタ 野菜スープ フルーツ	牛乳 わらび餅	生クリーム、牛乳、脱脂粉乳、きな粉	米、スパゲティ麺、わらび餅粉	にんじん、キャベツ、しめじ、海苔佃煮、きざみ海苔、オレンジ、たまねぎ、パセリ
26	水	鶏肉の照り焼き わかめとコーンのサラダ すまし汁	牛乳 ふかし芋	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐	米、砂糖、さつまいも、和風ドレッシング	にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン缶、たまねぎ、こねぎ
27	木	ふわふわ団子 チェブチェ ポテトスープ	ヨーグルト フルーツ	大豆、木綿豆腐、豚ひき肉、はんぺん、卵、牛肉、脱脂粉乳	米、じゃがいもでん粉、はるさめ、ごま、じゃがいも、グラニュー糖	きゅうり、にんじん、ピーマン、生しいたけ、たまねぎ、バナナ
28	金	魚の生姜煮 人参しりしり わかめスープ	牛乳 ピザトースト	牛乳、魚、卵、ツナフレーク、ウインナー、ピザ用チーズ	米、砂糖、ごま、ごま油、食パン	しょうが、にんじん、わかめ、たまねぎ、ピーマン