

令和 7 年度				1 月 予 定 献 立 表						高野保育園	
日	曜	献 立 名	主 な 使 用 材 料	乳 児			3時 おやつ				
				主食	追加	10時					
5 6	月 火	 希 望 保 育 (お弁当の日)   					お菓子	せんべい			
7	水	豚肉の生姜焼き 添え野菜 切干大根の炒め煮 ポテトサラダ	豚肉 みりん しょうゆ しょうが ブロッコリー 切り干し大根 ちくわ 大豆 油揚げ 人参 葱 煮干し じゃが芋 ツナ 胡瓜 レーズン チーズ マヨネ	パン	牛乳	ヨーグルト	七草がゆ 3未 野菜がゆ				
8	木	豆腐のそぼろあんかけ たらこ人参 豚肉と野菜の中華和え 牛乳	豆腐 小麦粉 オリーブ油 鶏ひき肉 椎茸 人参 玉葱 煮干し たらこ 人参 バター 豚肉 キャベツ 胡瓜 えのき 赤ピーマン ごま油 ごま しょうゆ 牛乳	飯	ゆかり	牛乳 ウエハース	プリン アラモード				
9	金	栄養揚げ 添え野菜 みぞれ汁 水菜サラダ プルーン	魚のすり身 干ひじき 卵 玉葱 レンコン 豆腐 椎茸 しょうゆ 片栗粉 もやし 大根 油揚げ なめこ 葱 煮干し みそ 水菜 ベーコン りんご 白菜 人参 胡瓜 オリーブ油 酢 プルーン	飯	ふりかけ	100%ジュース 干し芋	アーモンドサブレ 3未 サブレ				
10	土	けんちんうどん フルーツ 牛乳	干めん 鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 牛蒡 葱 煮干し みりん しょうゆ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい				
13	火	煮魚 里芋のごまみそがらめ 白菜サラダ 牛乳	さば しょうが 昆布 酒 しょうゆ 牛蒡 里芋 片栗粉 油 ごま みそ 砂糖 みりん 白菜 ハム カブ 胡瓜 人参 マヨネ しょうゆ 牛乳	飯	ひじき	ヨーグルト	チーズチヂミ 2以下 せんべい				
14	水	湯豆腐 レンコンと牛肉の甘辛煮 たらこ和え レバー煮	豆腐 白す干し 葱 ぼん酢 レンコン 牛肉 玉葱 椎茸 人参 煮干し みりん ごま たらこ キャベツ 胡瓜 小松菜 赤ピーマン しょうゆ レバー煮	めん	野菜	牛乳 ウエハース	炊き込み おにぎり				
15	木	ハヤシライス 鮭のチーズフライ 添え野菜 ブロッコリーの甘酢 ミネセリー	米 牛肉 豚肉 玉葱 じゃが芋 人参 マッシュルーム グリーンピース ハヤシルウ 鮭のチーズフライ 油 キャベツ ブロッコリー パイナップル 胡瓜 赤ピーマン 人参 酢 ミネセリー	飯		フルーツ	シフォンケーキ				
16	金	鶏肉のマスタード焼き 添え野菜 コンソメスープ 三色和え チーズ	鶏肉 ニンニク しょうゆ マーメイド マスタード(3上) ブロッコリー キャベツ じゃが芋 ベーコン 人参 トマト コンソメ 白菜 小松菜 人参 もやし ごま かつお チーズ	パン	プルーン	牛乳 Caせんべい	ヨーグルト&ウエハース 3未 ヨーグルト				
17	土	おにぎり 豚汁 フルーツ  3未 豚汁うどん フルーツ 牛乳	米 鮭 のり 豚肉 大根 人参 里芋 しめじ 牛蒡 白菜 油揚げ 葱 煮干し みそ みかん 3未 干めん バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	3未 せんべい				
19	月	干草焼き ポトフ風煮 お浸し 牛乳	卵 鶏ひき肉 豆腐 玉葱 人参 椎茸 葱 しょうゆ キャベツ 玉葱 ベーコン カブ じゃが芋 人参 コンソメ ケチャップ 白菜 ほうれん草 もやし かつお 牛乳	飯	白す干し	100%ジュース 昆布	きつねうどん				
20	火	魚の塩こうじ焼き 添え野菜 ひじきと大豆の炒め煮 大根のナムル	さけ しょうが 塩麴 レモン しょうゆ もやし 干ひじき 鶏肉 大豆 牛蒡 人参 葱 煮干し 大根 ハム 胡瓜 ほうれん草 赤ピーマン ごま油 ごま 酢 砂糖 しょうゆ	めん	野菜	牛乳 ウエハース	蒸しパン				
21	水	豚肉の照り焼き 添え野菜 根菜ホタージュ 春菊サラダ フルーツ	豚肉 みりん しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 大根 じゃが芋 玉葱 牛蒡 レンコン 人参 牛乳 バター コンソメ 春菊 ベーコン マッシュルーム キャベツ 胡瓜 人参 酢 オリーブ油 甘夏	パン	チーズ	ヨーグルト	レモン クッキー				
22	木	マーボー豆腐 ベークドポテト 大根とツナの塩昆布和え	豆腐 合挽肉 ニンニク しょうが 玉葱 人参 筍 椎茸 煮干し ニラ みそ 砂糖 ごま油 ケチャップ じゃが芋 牛乳 チーズ バター コンソメ 大根 ツナ 胡瓜 人参 小松菜 塩昆布	飯	ふりかけ	フルーツ	レーズンサンド				
23	金	魚のゆずみそ焼 添え野菜 筑前煮 グリーンサラダ	さわら みそ ゆず しょうが みりん もやし 鶏肉 ちくわ 里芋 人参 椎茸 レンコン 牛蒡 インゲン 煮干し キャベツ ベーコン ほうれん草 胡瓜 オリーブ油 酢	飯	きな粉	牛乳 Caせんべい	フルーツサンド 2以下 ジャムサンド				
24	土	ちゃんめん フルーツ 牛乳	干中華めん 平天 豚肉 人参 コーン キャベツ もやし 葱 煮干し みりん しょうゆ ごま油 しょうが 鶏がら コンソメ バナナ 牛乳	めん		乳酸菌飲料 アスハラビスケット	せんべい				
26	月	鶏肉のパン粉焼き 添え野菜 粕汁 ごま和え プルーン	鶏肉 パン粉 マヨネーズ パセリ オリーブ油 もやし 鮭 白菜 里芋 油揚げ 大根 人参 椎茸 牛蒡 葱 みそ 酒粕(3上) 葱 キャベツ 蒲鉾 胡瓜 人参 水菜 ごま プルーン	飯	ひじき	牛乳 ウエハース	ココアブラウニー さくら以下 ココアケーキ				
27	火	魚のムニエルタルソース 添え野菜 豚バラ白菜 里芋のサラダ	さわら 小麦粉 オリーブ油 タルソース キャベツ 豚肉 白菜 玉葱 椎茸 ピーマン オイスターソース 里芋 胡瓜 人参 水菜 マヨネ しょうゆ ごま	パン	牛乳	ヨーグルト	チキンライス ドリア				
28	水	ふわふわ和風ハンバーグ 添え野菜 煮豆 バンサンズー	合挽肉 高野豆腐 豆腐 卵 玉葱 人参 みりん しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー うずら豆 春雨 ツナ コーン みかん 胡瓜 トマト キャベツ 人参 ごま油 酢 しょうゆ ごま	飯	菜	フルーツ	ベーコンとチーズの ケーキサレ				
29	木	茶碗蒸し きんぴらごぼう 納豆和え チーズ	卵 鶏肉 なんと 椎茸 えのき 三つ葉 煮干し みりん しょうゆ 牛蒡 牛肉 レンコン 人参 インゲン ごま 納豆 白菜 胡瓜 小松菜 赤ピーマン かつお しょうゆ チーズ	飯	ワカメ	牛乳 Caせんべい	焼きドーナツ				
30	金	魚のタンドリー焼き 添え野菜 肉じゃが フレンチサラダ 牛乳	さば ニンニク ヨーグルト ケチャップ カレー粉 パン粉 オリーブ油 ブロッコリー じゃが芋 豚肉 玉葱 人参 糸こんにゃく インゲン 煮干し キャベツ ハム 胡瓜 赤ピーマン フレンチレッシング 牛乳	パン	プルーン	100%ジュース ポーロ	バナナ				
31	土	  生活発表会  									

◎ 15日(木) 誕生会です。【完全給食です。】  
3歳以上児はお箸だけ用意してください。

※ 17日(土)は餅つき会です。

●鏡餅●

お正月に飾る鏡餅は、新年の神様である「年神様」の依り代です。お正月行事というのは、年神様を家に迎えて・もてなし・見送るための行事であり、お迎えした年神様の居場所が鏡餅なのです。  
鏡餅には神様の魂が宿るとされ、そのお餅を雑煮として食べることで生命力が与えられると考えられています。  
年神様は新年を司る神様ですが、ご先祖様であり、農耕の神様でもあったと考えられており、鏡餅は複数供えてもよいそうです。

