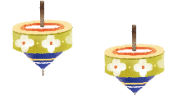




# 令和7年1月 献立表



新田こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
1	水			元旦	
2	木				
3	金				
4	土	カルシウムせん 麦茶	ご飯	※納品業者がお休みの為、非常食で対応します カレーライス 豆腐のみそ汁 パイン缶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
5	日				
6	月	パイ菓子 牛乳	ゆかり ご飯	お正月祝いメニュー 松風焼き 伊達巻 ☆仙台雑煮風ひきな汁 フルーツゼリー 麦茶	ロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
7	火	オレンジ 麦茶	パン	タラと白菜のクリームシチュー のりっこりー パナナ 牛乳	★七草がゆ 麦茶
8	水	塩せんべい 牛乳	ご飯	和風オムレツ 鶏塩ビーフン ☆山形納豆汁 みかん 麦茶	クリームパン (以)牛乳(未)麦茶
9	木	クラッカー 牛乳	ご飯	ブリのこっくり焼き かぼちゃ甘煮 きんぴら グレープフルーツ 麦茶	★キャラメルポテト (以)牛乳(未)麦茶
10	金	カルシウムせん 牛乳	ご飯	タンドリーチキン じゃが芋の洋風ソテー パナナ 麦茶	★みそラーメン 乳酸菌飲料
11	土	ビスケット 牛乳	ご飯	サーモンポテサラ焼き トマト ほうれん草ソテー かぼちゃのみそ汁 みかん 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 豆乳ココア
12	日				
13	月			成人の日	
14	火	塩せんべい 牛乳	ご飯	マーボー豆腐 かぼちゃ甘煮 スタミナ納豆 パナナ 麦茶	あんパン (以)牛乳(未)麦茶
15	水	りんごジュース	とりめし	お誕生会祝いメニュー サーモンのマーマレード焼き 肉みそスパゲティ 白菜スープ いちご 麦茶	ガトーショコラ 塩せんべい (以)牛乳(未)麦茶
16	木	バナナ 麦茶	パン	世界の料理をたべよう ~アメリカ~ ハンバーガー フレンチフライ コーンスープ グレープフルーツ 麦茶	★アメリカンクッキー (以)牛乳(未)麦茶
17	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	かみかみメニュー カツおのごまみそ揚げ かぼちゃ甘煮 すき昆布煮 みかん 麦茶	★マシュマロおこし (以)牛乳(未)麦茶
18	土	ビスケット 牛乳	ご飯	みそ卵焼き トマト 炒り豆腐 じゃが芋とわかめのみそ汁 パナナ 麦茶	醤油せんべい パイ菓子 野菜ジュース
19	日				
20	月	塩せんべい 牛乳	わかめ うどん	サーモンのバターしょうゆ 切り干大根炒め パナナ 麦茶	★豆腐のココア蒸しケーキ (以)牛乳(未)麦茶
21	火	バナナ 麦茶	パン	鶏肉のピザ焼き うまっこりー おさつポタージュ みかん 麦茶	★高野豆腐のそぼろご飯 麦茶
22	水	ビスケット 牛乳	ご飯	擬製豆腐 ひじき納豆 グレープフルーツ 麦茶	ごまあんパン (以)牛乳(未)麦茶
23	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	お楽しみ給食 ※すみれ、ゆり組は、お弁当箱に盛付けます 鶏肉のから揚げ ポテト ポパイスパゲティ いちご 野菜ジュース	カステラ (以)牛乳(未)麦茶
24	金	クラッカー 牛乳	ラップ おにぎり△	手作りがんものにごやかなおでん のり佃煮 パナナ 麦茶	★揚げ昆布 カリカリピーマン 塩せんべい 乳酸菌飲料
25	土	揚げせんべい 牛乳	ご飯	サーモンのパン粉焼き トマト マッシュポテト かぼちゃのみそ汁 みかん 麦茶	甘辛せんべい パイ菓子 豆乳ココア
26	日				
27	月	クラッカー 牛乳	ご飯	野菜たっぷりキーマカレー もやしの変漬け グレープフルーツ 麦茶	★キャロットドーナツ (以)牛乳(未)麦茶
28	火	ぶどうジュース	焼きそば	きゅうり変漬け じゃが芋のみそ汁 フルーツゼリー 麦茶	★ポパイケーキ (以)牛乳(未)麦茶
29	水	バナナ 麦茶	パン	カレイのムニエル ナポリタン かぼちゃポタージュ みかん 麦茶	★きのこご飯 麦茶
30	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	お好み卵焼き 納豆和え グレープフルーツ 麦茶	マフィン (以)牛乳(未)麦茶
31	金	ビスケット 牛乳	ご飯	サーモンのロベールソース 五目きんぴら パナナ 麦茶	★キャラメルラス麩 (以)牛乳(未)麦茶

## ♪お知らせ♪

- ★印は、手作りおやつです
- ☆印は、宮城・東北の郷土料理です
- ・1/15(水) お誕生会
- ・1/21(火) 午後おやつ試食会※ばら組保護者対象

## 【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	525	639
たんぱく質(g)	20.2	25.2
脂質(g)	15.7	19.5
食塩相当量(g)	1.3	1.6

※都合により献立を変更する場合があります。

## 【七草粥の由来】

七草粥を食べる1月7日は、「人日(じんじつ)の節句」という五節句のひとつです。古来日本には、雪の間から芽を出した若菜を摘む「若菜摘み」という風習がありました。そして、お隣の中国では…七種類の野菜を入れた汁物「七種七羹(ななしゆさいのかん)」を食べて無病息災を祈る日でした。この風習が交わって、「七草粥」が食べられるようになったといわれています。

