



# 令和6年 1月予定献立表



日	曜日	献立名	主食	乳卵アレルギー	備考
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
4	木	赤飯 白身魚の人参焼き なます 黒豆 卵焼き お祝いすまし汁	ごはん	チーズ抜き 卵焼きなし	新年あけましておめでとうございます。本年も宜しくお願いします
PM	おやつ	ト栗入りきんとん 牛乳			
AM	おやつ	クラッカー 牛乳			
5	金	ラザニア 白菜サラダ 丸ごと野菜ポトフ 果物 (オレンジ)	ごはん	生クリーム・チーズ抜き	SDGs メニュー
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
6	土	ハンバーグ スマイルポテト 野菜炒め 果物 (バナナ)	ごはん		
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
9	火	ドライカレー さつま芋と豆のサラダ カクテルゼリー入りフルーツポンチ	ごはん		ドライカレーは、日本でオリジナルの進化を遂げた日本生まれのカレー料理です
PM	おやつ	ビスケット 牛乳			
AM	おやつ	ヨーグルト			
10	水	ロモ・サルタード ほうれん草ソテー ふわふわ卵スープ 果物 (りんご)	ごはん	卵・粉チーズ・パン粉抜き	世界の料理「ペルー料理」
PM	おやつ	トピカロン 麦茶			
AM	おやつ	クッキー 麦茶			
11	木	中華丼 焼き餃子 キャベツの味噌汁 果物 (パイナップル)	ごはん		鍋開き 
PM	おやつ	トお汁粉 みかん			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
12	金	鯖の味噌煮 揚げ出し豆腐 さつま芋と油揚げの味噌汁 果物 (バナナ)	ごはん		鯖の旬は晩秋～2月頃といわれ、秋に獲れた鯖を「秋鯖」、冬に獲れた鯖を「寒鯖」と呼びます
PM	おやつ	ヨーグルト		ゼリー	
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
13	土	コロッケ 肉団子 野菜炒め 果物 (バナナ)	ごはん		
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
15	月	ラーメン 春巻き りっちゃんサラダ 杏仁豆腐	麺	杏仁豆腐抜き	ラーメンは今や日本の国民食！子どもたちに大人気のメニューです。
PM	おやつ	トごまおにぎり 牛乳			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
16	火	白身魚の照り焼き ナポリタン風切り干し大根 南瓜の味噌汁 果物 (バナナ)	ご飯		乾物 切り干し大根
PM	おやつ	トツチマヨパンケーキ 牛乳		米の粉ケーキ	
AM	おやつ	クッキー 麦茶			
17	水	煮込みハンバーグ フライドポテト コンソメスープ 果物 (オレンジ)	ごはん	アレルギー対応ハンバーグ デミソース抜き	ドイツのハンブルクという港町で食べられていた肉料理がアメリカに伝わり、ハンブルク風ステーキがハンバーグの原型です
PM	おやつ	トフルーツ入り牛乳かん		ゼリー	

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

☺ フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

日曜日	献立名	主食	乳卵アレルギー	備考
AMおやつ	クッキー 麦茶			
18 木	ほうとう 鶏レバーの甘辛煮 ほうれん草のごまあえ 果物(黄桃)	麺		郷土料理 「山梨県」
PMおやつ	ト豆入りうすやき 牛乳			
AMおやつ	せんべい 牛乳			磯辺揚げとは、 衣に海苔を加えた たぶらの一種で、 海苔が磯で獲れると いうことからこのよう に呼ばれるようになり ました
19 金	ちくわの磯辺揚げ 大豆のカレー煮 キャベツとコーンの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ	ゼリー			
AMおやつ	せんべい 麦茶			
20 土	チキンカツ しゅうまい 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ	ゼリー			
AMおやつ	せんべい 麦茶			
22 月	カレーライス 福神漬 南瓜とさつま芋とりんごのサラダ いちごのアイスゼリー	ごはん		日本全国 カレーの日
PMおやつ	ト甲州かりんとう 牛乳			
AMおやつ	ビスケット 麦茶			
23 火	カラフル卵焼き 大根のそぼろ煮 白菜と油揚げの味噌汁 果物(みかん)	ごはん	じゃが芋・人参・ブロッコリー・椎茸炒め	ポテチパンは、 神奈川県横浜須賀 市の名物です
PMおやつ	トポテチパン 牛乳			
AMおやつ	クラッカー 麦茶			
24 水	麻婆豆腐丼 納豆のかき揚げ 油揚げと青梗菜の味噌汁 果物(パイナップル)	ごはん		Book de Lunch
PMおやつ	ト麩のラスク 牛乳		お菓子	
AMおやつ	クッキー 麦茶			
25 木	アジの竜田揚げ 茎わかめのきんぴら 野菜のほかほか味噌汁 果物(りんご)	ごはん		かみかみ メニュー
PMおやつ	せんべい 牛乳			
AMおやつ	せんべい 牛乳			
26 金	ワタナベさんのナポリタン 根菜の磯揚げ 豚肉と豆のスープ 果物(バナナ)	麺	チーズ・バター抜き	鍋ひとつで作る 「ワタナベさんの ナポリタン」 簡単なのでお家 でも作ってみて ください
PMおやつ	ゼリー			
AMおやつ	せんべい 麦茶			
27 土	マグロカツ 焼き餃子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ	ゼリー			
AMおやつ	せんべい 麦茶			お誕生日会
29 月	赤飯 鶏の唐揚げ れんこんとコーンのサラダ 麩と白菜の味噌汁 いちごのアイスゼリー	ごはん		
PMおやつ	トお誕生日ケーキ 牛乳		生クリーム抜き	
AMおやつ	クラッカー 麦茶			
30 火	チンジャオロース しゅうまい もずくの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		日本ではチン ジャオロースは 豚肉でも牛肉で も作られますが、 本場中国ではチ ンジャオロースと 言えば豚肉です
PMおやつ	トワインナーロール 牛乳			
AMおやつ	クッキー 麦茶			
31 水	照り焼きチキン ぶり大根 食べる煮干し さつま芋の味噌汁 果物(オレンジ)	セルフ おにぎり		乾物 煮干し
PMおやつ	トソフトビスケット 牛乳		お菓子	

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

☺ フレンズメニュー(昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)