

令和7年

1月 こんだてひょう

元岡幼稚園

日	曜日	昼食	赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間
			血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
8	水	ごぜんちゅうほいく(しえんしき)			
9	木	ぎゅうにゅう・ごはん てばもとのあまからに・ブロッコリー だいこんとあつあげのもの	牛乳・鶏手羽元 厚揚げ・かつお・昆布だし	精白米・砂糖	大根・ブロッコリー
10	金	ぎゅうにゅう・★ふくわらいごはん ★こうはくなます・ブロッコリー とりのマーマレードやき・ミニプリン	牛乳・鶏肉・なると	精白米・砂糖・ごま ミニプリン・マーマレードジャム	人参・のり・大根 生姜・ブロッコリー
14	火	ぎゅうにゅう カレーライス コーンのサラダ	牛乳・豚肉・ゆで大豆	精白米・マカロニ じゃがいも・植物油	人参・玉葱・グリーンピース コーン・キャベツ 小松菜
15	水	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのおとしあげ・ブロッコリー おいものシャキシャキサラダ	牛乳・白身魚すり身 鶏卵・ベーコン	精白米・片栗粉・揚げ油 じゃがいも・マヨネーズ	人参・玉葱・グリーンピース コーン・ブロッコリー パセリ
16	木	ぎゅうにゅう・ごはん とりごぼうハンバーグ フレンチサラダ	牛乳・鶏ひき肉・鶏卵 シーチキン	精白米・パン粉・砂糖 片栗粉・植物油	ごぼう・玉葱・人参 キャベツ・小松菜
17	金	ぎゅうにゅう そうめんちり かぼちゃとツナのサラダ	牛乳・鶏肉・煮干しだし シーチキン	そうめん・植物油・砂糖 マヨネーズ	玉葱・大根・白菜・人参 青ねぎ・かぼちゃ 小松菜
20	月	ぎゅうにゅう・ごはん ひじきいりあつやきたまご きりぼしだいこんのみそマヨネーズあえ	牛乳・鶏ひき肉・鶏卵 かつおだし・米みそ 煮干しだし	精白米・砂糖・植物油 マヨネーズ・ごま	人参・玉葱・切干大根 ひじき・小松菜
21	火	ぎゅうにゅう やきにくパスタ チョコレギサラダ	牛乳・豚肉	精白米・スパゲティ麺 植物油・砂糖・ごま油 ごま	玉葱・人参・しめじ・のり 小松菜・にんにく・生姜 レタス・きゅうり・わかめ
22	水	ぎゅうにゅう・ごはん ひきにくのおとしやき ナムルふうにびたし	牛乳・豚ひき肉・鶏卵 麦みそ・うす揚げ	精白米・ごま・片栗粉 砂糖・植物油・ごま油	ごぼう・えのきたけ・生姜・人参 ピーマン・寒天・小松菜・バナナ もやし・ももみかん・パイナップル
23	木	ぎゅうにゅう・ごはん てばもとのあまからに・ブロッコリー だいこんとあつあげのもの	牛乳・鶏手羽元 厚揚げ・かつお・昆布だし	精白米・砂糖	大根・ブロッコリー
24	金	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのあげに・レタス かぼちゃのそぼろに	牛乳・白身魚・鶏ひき肉 煮干しだし	精白米・片栗粉 砂糖・揚げ油	生姜・レタス・かぼちゃ 人参・グリーンピース
27	月	ぎゅうにゅう・ごはん とんかつ にらともやしのおひたし	牛乳・豚肉・鶏卵 かつお節	精白米・薄力粉・パン粉 揚げ油・ごま・砂糖	にら・もやし・えのきたけ 人参
28	火	ぎゅうにゅう カレーライス コーンのサラダ	牛乳・豚肉・ゆで大豆	精白米・マカロニ じゃがいも・植物油	人参・玉葱・グリーンピース コーン・キャベツ 小松菜
29	水	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのおとしあげ・ブロッコリー おいものシャキシャキサラダ	牛乳・白身魚すり身 鶏卵・ベーコン	精白米・片栗粉・揚げ油 じゃがいも・マヨネーズ	人参・玉葱・グリーンピース コーン・ブロッコリー パセリ
30	木	ぎゅうにゅう・ごはん とりごぼうハンバーグ フレンチサラダ	牛乳・鶏ひき肉・鶏卵 シーチキン	精白米・パン粉・砂糖 片栗粉・植物油	ごぼう・玉葱・人参 キャベツ・小松菜
31	金	ぎゅうにゅう そうめんちり かぼちゃとツナのサラダ	牛乳・鶏肉・煮干しだし シーチキン	そうめん・植物油・砂糖 マヨネーズ	玉葱・大根・白菜・人参 青ねぎ・かぼちゃ 小松菜

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。

※音楽会前の31日にスティックゼリー(卵・小麦不使用)を出します。

※網掛けの日はお誕生会、★は新メニューです。



あけまして
おめでとうございます

今月の平均栄養量	
エネルギー kcal	371
たんぱく質 g	16.1

年末年始のお休みはいかがでしたか？新しい年を迎え、いよいよ卒園・進級まで3ヶ月となりました。2025年も「食」を通して子ども達の健やかな成長を見守っていただければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



給食試食会のご参加、
ありがとう
ございました。



12月2日の給食試食会には多数のご参加、ありがとうございました。
献立は『牛乳、ごはん、煮込みハンバーグ、元岡トマト、博多春菊のサラダ』(写真)でした。トマトと春菊は元岡産のものでこの日の朝に生産者の方が届けてくださいました。保護者の方からも「美味しかったですよ。」と声をかけていただけて、うれしく思いました。
時々こちらのお便りで人気のメニューなどのレシピを紹介していますが、他に気になるメニューなどありましたら声をかけてくださいね。



園のもりもり畑では様々な作物を子どもたちが育てています。
12月には年中さんが種まきから成長を見守ってきたほうれん草がたくさん収穫できました。給食室に運んでくれたほうれん草は新鮮そのもの。その日のうちにお浸しにして年中さんに食べてもらいました。「お菓子よりおいしい！」「おかわりください！」と子ども達に大好評でした。
1月はこれもまた豊作の大根を給食で使わせてもらう予定です。お楽しみに♪

※写真は印刷で見にくくなっています。ホームページ等でご覧ください。