

令和7年1月分 給食献立表

兵庫教育大学附属幼稚園

月

火

水

木

金

あけまして
おめでとう
ございます

「あか」のたべもの
からだをつくるもと
「きいろ」のたべもの
げんきいっぱい!!
エネルギーのもと
「みどり」のたべもの
びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる

幼稚園	給食費	手数料	合計
	3,500	55	3,555円

1月分の振替日は10日(金)です。(再振替日は27日(月)です。)
未納者「0」にご協力願います。

エネルギーkcal	たんぱく質g	しじょうg
414	12.2	9.0

**うみと
はたけのサラダ**
ツナフレーク 8 赤
キャベツ 12 緑
にんじん 4.8 緑
ホールコーン 4 緑
ひじき 0.8 赤
あぶら 0.24 黄
うすくちしょうゆ 0.77

ふくじんづけ
12 緑

ヨーグルト
1 赤

13

せいじんのひ

14

408

15.2

7.9

15

335

15.0

13.7

16

301

7.3

5.0

17

374

9.6

8.0

にんじん 1きれ 赤
しお 0.04
さけ 0.8
しょうが 0.4 緑
あおねぎ 3.2 緑
りんごピューレ 4.8 緑
さとう 1.6 黄
こいくちしょうゆ 1.6
みりん 0.8
でんぶん 0.24 黄

**にんじん
ごみだれ**
にんじん 9.6 緑
れんこん 9.6 緑
ほししいたけ 0.24 緑
さといも 8 黄
こんにやく 3.2
さとう 1.2 黄
さけ 0.24
みりん 0.4
うすくちしょうゆ 1.6
こいくちしょうゆ 0.64
いりこだし 0.36

ちやめし
こめ 56.3 黄
しお 0.52
さけ 1.55
うすくちしょうゆ 3.27
こんぶパウダー 0.02 赤

ぞうに
とりく 8 赤
きんときにんじん 8 緑
だいこん 24 緑
ほうれんそう 8 緑
トック 12 黄
しろみそ 8 赤
かつおだし 0.8
いりこだし 0.36

【正月献立】

ぎゅうにゅう 赤
とうふパン 黄

やさいスープ
ポークウインナー 8 赤
オリーブオイル 0.16 黄
にんじん 12 緑
たまねぎ 20 緑
キャベツ 24 緑
ブロッコリー 12 緑
パセリ 0.02 緑
パイオン 0.64
やさいだし 1.76
こしょう 0.02
うすくちしょうゆ 0.72
しろワイン 0.66

**ミートボールの
ケチャップソース**
ミートボール 33.6 赤
たまねぎ 6.4 緑
ピーマン 3.34 緑
しょうが 0.08 緑
にんにく 0.08 緑
あぶら 0.16 黄
パイオン 0.04
トマトピューレ 4 緑
トマトケチャップ 3.83
さとう 0.62 黄
こいくちしょうゆ 0.4

もちむぎサラダ
もちむぎ 3.6 黄
ハム 6.4 赤
たまねぎ 8 緑
きゅうり 8 緑
ホールコーン 3.2 緑
なたねあぶら 0.8 黄
さとう 0.48 黄
レモンじり 0.64 緑
うすくちしょうゆ 0.44
しお 0.16
こしょう 0.01

あげぎょうざ
こめぎょうざ 2 赤 黄
あげあぶら 黄

ごはん
こめ 56.3 黄

コーンスープ
ベーコン 8 赤
コーンクリーム 13.4 緑
ホールコーン 6.66 緑
しろねぎ 8.66 緑
ニラ 4 緑
しお 0.08
こしょう 0.01
うすくちしょうゆ 0.64
とんこつスープ 2
ちゅうかパイオン 0.96

もやしのナムル
もやし 20 緑
きゅうり 8 緑
にんじん 4 緑
さとう 0.48 黄
みりん 0.4
しお 0.16
うすくちしょうゆ 0.8
こんぶパウダー 0.01 赤
ごまあぶら 0.16 黄

グリーンサラダ
キャベツ 28 緑
ブロッコリー 8 緑
きゅうり 4 緑
わふうドレッシング 4.8 黄

【防災食】
緊急時の食事体
験として「アルファ
米」という米を使用
しています。また、
今日の献立を全て
パッククッキングとし
て耐熱ビニール袋
での調理方法を給
食時間に学びます。

20

418

11.0

10.2

21

354

15.6

8.8

22

359

13.6

15.4

23

293

8.1

4.4

24

364

15.1

7.2

ひるぜんおこわ
こめ 41 黄
もちこめ 6.4 黄
うすくちしょうゆ 3.2
さけ 2.56
ぶたにく 8 赤
ほししいたけ 0.08 緑
くり 8 黄
にんじん 2.4 緑
ごぼう 2.4 緑
みりん 2.69
こいくちしょうゆ 1.65
さけ 2.24
あぶら 0.64 黄

みぞれじる
にんじん 8 緑
しめじ 12 緑
みつば 2.4 緑
だいこんおろし 32 緑
とうふ 20 赤
しょうが 0.73 緑
しお 0.05
みりん 0.34
うすくちしょうゆ 2.7
かつおだし 0.48
だしこんぶ 0.8
いりこだし 0.36
でんぶん 1.2 黄

ごまあえ
キャベツ 20 緑
ほうれんそう 13.3 緑
こんぶパウダー 0.01 赤
みりん 0.34
さとう 0.46 黄
うすくちしょうゆ 1.2
しろすりごま 0.64 黄
しろいりごま 0.64 黄

**あわじ
たまねぎコロケ**
あわじたまねぎコロケ 1 黄 緑
あげあぶら 黄

しゃけのしおやき
しゃけ 1きれ 赤
しお 0.24

かいそうのみそじる
わかめ 0.26 赤
とうふ 24 赤
たまねぎ 16 緑
あおねぎ 1.6 緑
みそ 6.4 赤
かつおだし 0.36
いりこだし 0.36

おひたし
にんじん 4 緑
はくさい 24 緑
こまつな 8 緑
こんぶパウダー 0.01 赤
みりん 0.72
さとう 0.4 黄
うすくちしょうゆ 1.92

ぎゅうにゅう 赤
ミルクパン 黄

**ハンバーグ
BBQソース**
ハンバーグ 1 赤
あぶら 0.16 黄
トマトケチャップ 4.6
ウスターソース 2.6
あかワイン 1.8
さとう 0.2 黄

スープカレー
ポークウインナー 8 赤
あぶら 0.4 黄
にんにく 0.08 緑
たまねぎ 28 緑
かぼちゃ 16 緑
にんじん 4 緑
ブロッコリー 8 緑
パセリ 0.02 緑
パイオン 0.24
やさいだし 1.76
あかワイン 0.4
トマトみずに 5.6 緑
トマトケチャップ 2.4
こしょう 0.02
こめコカールウ 3.2 黄
カレーこ 0.01

**コールスロー
サラダ**
ハム 4 赤
キャベツ 32 緑
にんじん 3.2 緑
ホールコーン 3.2 緑
マヨネーズノック 2.8 黄
りんごす 0.8
さとう 1.6 黄
レモンじり 0.16 緑
こしょう 0.01
こんぶパウダー 0.01 赤
マスタード 0.32

わかめスープ
にんじん 4.66 緑
もやし 4.66 緑
ほししいたけ 0.24 緑
えのきたけ 4.66 緑
わかめ 0.26 赤
ちゅうかパイオン 1.2
とんこつスープ 2
しお 0.24
こしょう 0.01
うすくちしょうゆ 0.96
さけ 0.4
ごまあぶら 0.04 黄

**マーボー
はるさめどん**
こめ 56.3 黄
ぶたひきにく 20 赤
はるさめ 3.2 黄
にんじん 3.46 緑
たまねぎ 24 緑
ほししいたけ 0.16 緑
はくさい 9.33 緑
あぶら 0.16 黄
しょうが 0.16 緑
にんにく 0.08 緑
ニラ 2.4 緑
さとう 0.32 黄
はつようみそ 2.4 赤
さけ 2.66
こいくちしょうゆ 1.44
しお 0.06
こめこ 0.8 黄

ぶりだいこん
ぶり 20 赤
だいこん 24 緑
しょうが 0.16 緑
さとう 1.92 黄
みりん 0.8
さけ 2.4
こいくちしょうゆ 1.92

**こまつなと
しらすのソテー**
ちりめん 2.4 赤
こまつな 44 緑
あぶら 0.16 黄
こんぶパウダー 0.01 赤
さとう 0.24 黄
うすくちしょうゆ 1.24

27

346

8.4

5.6

28

358

11.1

7.3

29

407

19.5

13.8

30

408

18.1

9.6

31

535

19.3

18.7

やきもちろし
セルフおにぎり
こめ 39.4 黄
もちむぎ 12.2 黄
さけ 1.31
しょうが 0.08 緑
こいくちしょうゆ 0.78
みりん 1.57
ホールコーン 4 緑
しおこんぶ 1.6 赤
さけ 1.6
こいくちしょうゆ 1.6
りんごピューレ 3.6 緑
たまねぎ 1.6 緑

だんごじる
ミートボール 20 赤
にんじん 6.4 緑
はくさい 16 緑
とうふ 8 赤
おくら 4 緑
しょうが 0.08 緑
とんこつスープ 2
ちゅうかパイオン 1.2
うすくちしょうゆ 0.56
しお 0.16
こしょう 0.02
ごまあぶら 0.08 黄

だいがいこいも
さつまいも 37.6 黄
あげあぶら 黄
さとう 4.8 黄
みずあめ 0.8 黄
こいくちしょうゆ 0.4
す 0.08

ハンバーグ
ハンバーグ 1 赤
あぶら 0.16 黄
たまねぎ 4 緑
にんじん 4 緑
トマトケチャップ 4.6
ウスターソース 2.6
あかワイン 1.8
さとう 0.2 黄

だいこんステーキ
だいこん 1 緑
あおねぎ 1.6 緑
マーガリン 2.4 黄
こいくちしょうゆ 0.8
こしょう 0.01

**ハム
マリネサラダ**
ハム 8 赤
キャベツ 12 緑
ホールコーン 4 緑
きゅうり 12 緑
りんごす 1.12
なたねあぶら 0.8 黄
さとう 0.4 黄
うすくちしょうゆ 0.64
しお 0.16
こしょう 0.02

ぎゅうにゅう 赤
コッペパン 黄

**くららの
ソルウェーに**
くらら 28 赤
やきちくわ 16 赤
あげあぶら 黄
トマトケチャップ 4
さとう 1.6 黄
ウスターソース 0.96
とんかつソース 0.56

ブラウンシュチュ
ぶたにく 8 赤
あぶら 0.16 黄
にんにく 0.08 緑
たまねぎ 32 緑
にんじん 12 緑
しめじ 6.4 緑
かぼちゃ 28 緑
パイオン 0.24
あかワイン 0.8
トマトジュース 6.4
トマトピューレ 0.8 緑
こめコカールウ 4.48 黄
こめコカールウ 2.4 黄
ウスターソース 0.32
こいくちしょうゆ 0.32
こいくちしょうゆ 0.01 赤
とんかつソース 0.32

とりにくのうめやき
とりにく 40 赤
ばいにく 1.68 緑
こいくちしょうゆ 1.68
みりん 1.68

いそに
ぶたにく 16.7 赤
じゃがいも 32 黄
まるてん 16 赤
ひじき 1 赤
にんじん 13.3 緑
だいこん 16.7 緑
えだまめ 4 緑
いりこだし 0.36
こんぶパウダー 0.02 赤
さとう 2 黄
みりん 0.34
こいくちしょうゆ 2.8

なめたけあえ
キャベツ 22.4 緑
ほうれんそう 6.4 緑
しめじ 8 緑
なめたけ 6.4 緑

メンチカツ
メンチカツ 1 赤 黄
あげあぶら 黄
さとう 1.8 黄
ウスターソース 3.6
とんかつソース 3
トマトケチャップ 3

**ゆずいり
マヨネー豆腐**
とりひきにく 15.8 赤
あぶら 1.6 黄
しょうが 0.32 緑
とうふ 79.2 赤
しろねぎ 8 緑
さとう 2.38 黄
うすくちしょうゆ 1.6
こいくちしょうゆ 2
みそ 1.58 赤
さけ 1.58
ちゅうかパイオン 0.64
でんぶん 2 黄
ゆずじる 0.08 緑

ひじきのものに
ひじき 1.6 赤
にんじん 6.4 緑
あぶらあげ 4 赤
ほししいたけ 0.24 緑
れんこん 3.2 緑
さけ 1.6
みりん 0.56
さとう 0.8 黄
こいくちしょうゆ 0.8

生徒献立

24日(金) 2年2組
【冬の味覚が大集合給食】

28日(火) 2年1組
【冬やさいもりもり給食】

31日(金) 2年3組
【中華風和風こんだて】

中2年生の家庭科の授業で献立作成を学び、栄養を考えて作成しました。いろいろ個性あふれる献立の中から、各クラスで優秀賞に輝いた班の献立です。

冬野菜をおいしく食べられるようにメニューを考えました。どの品も野菜をふんだんに使用して、おいしい洋食の給食にしました。特にあげあぶら大根ステーキで、大根をわさびにして、焼いたもので、味がしみていて、大根とは思えない、味がしみて、是非一口でも食べてみて下さい。(盛り付け図)

麻婆豆腐は中華だけでなく、中華の店もあることで、中華では和風な食べ方がある、さっぱりとした感じになりました。麻婆豆腐と同じ、おからがふやけように豚肉の、とんかつを主菜にしました。おひきのものを、はなはだ入っていることで、全ての食品が和風かと思えるようになっています。(盛り付け図)

※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。
※幼稚園では「牛乳」の提供は水曜日のみとなります。

● はばたんマークがついている食材は兵庫県産です。