

2025年1月献立材料表

させぼ駅前保育園・させぼDayNursery

月日	1/4(土)	1/6(月)	1/7(火)	1/8(水)	1/9(木)	1/10(金)	1/11(土)	1/13(月)	1/14(火)	1/15(水)	1/16(木)	1/17(金)	1/18(土)
献立名	お茶 クラッカー	牛乳 あられ ご飯 鶏の照り焼き 小松菜の和え物 みそ汁 りんご 白米	牛乳 野菜バー ご飯 白身魚の竜田揚げ 白菜のごま和え みそ汁 オレンジ	牛乳 ビスケット ハヤシライス コロコロサラダ 野菜スープ みかん	牛乳 えびせん ご飯 白身魚のあまみそ焼き ほうれん草の白和え かきたま汁 りんご	牛乳 ひねり揚げ 【韓国料理】 ナムル わかめスープ バナナ	牛乳 クラッカー 五目うどん ほうれん草の和え物 みかん缶		牛乳 野菜バー ご飯 チーズオムレツ コーンスローサラダ ミルクスープ バナナ	牛乳 野菜バー ちゃんぽん 小松菜サラダ みかん	牛乳 ビスケット ご飯 肉豆腐 ツナ和え みそ汁 りんご	牛乳 えびせん わかめご飯 サケの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁 バナナ	牛乳 ひねり揚げ 親子丼 ほうれん草のおかか和え みそ汁 バナナ缶
材料名	お弁当の日	鶏肉 醤油 砂糖 みりん しょうが 片栗粉 油 小松菜 太もやし 人参 醤油 砂糖 玉ねぎ 人参 イリコ みそ りんご	タラ しょうが 酒 醤油 みりん 片栗粉 油 白菜 太もやし 人参 コーン 醤油 酢 白ごま 醤油 砂糖 塩 玉ねぎ 木綿豆腐 わかめ イリコ みそ オレンジ	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ ハヤシフレーク 油 大豆 きゅうり ツナ コーン 人参 醤油 酢 白ごま 醤油 砂糖 塩 鶏卵 人参 玉ねぎ 青ねぎ 天然だし 醤油 酒 みりん 塩 片栗粉 りんご	白米 しょうが 砂糖 酒 みりん みそ 木綿豆腐 ほうれん草 太もやし 人参 醤油 酢 白ごま 大根 きゅうり 人参 ごま油 醤油 酢 砂糖 塩 わかめ 玉ねぎ えのき 中華だし バナナ	白米 豚肉 玉ねぎ 醤油 酒 人参 しめじ 油揚げ 天然だし 醤油 みりん 酒 塩 ごま油 醤油 酢 白ごま ほうれん草 太もやし 人参 醤油 砂糖 塩 みかん缶	うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ 油揚げ 天然だし 醤油 みりん 酒 塩 ほうれん草 太もやし 人参 醤油 砂糖 塩 みかん缶	大人の日	鶏卵 ミックスチーズ 人参 玉ねぎ コーン ごま油 醤油 酢 白ごま バナナ キャベツ きゅうり 人参 コーン マヨネーズ 砂糖 塩 白菜 じゃが芋 しめじ 牛乳 コンソメ バナナ	中華めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 生しいたけ コーン ごま油 醤油 酢 白ごま 天然だし 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 小松菜 太もやし 人参 酢 醤油 油 砂糖 塩 みかん	白米 わかめ 鶏肉 鶏卵 人参 玉ねぎ 赤かまぼこ 青ねぎ 天然だし 醤油 砂糖 酒 きざみのり ほうれん草 太もやし 人参 かつおぶし 醤油 砂糖 塩 りんご	白米 わかめ 鶏肉 鶏卵 人参 玉ねぎ 赤かまぼこ 青ねぎ 天然だし 醤油 砂糖 酒 きざみのり ほうれん草 太もやし 人参 かつおぶし 醤油 砂糖 塩 玉ねぎ わかめ イリコ みそ バナナ りんご	
おやつ	牛乳 せんべい ゼリー	牛乳 ココア バナナ 小麦粉 コーン ベーキングパウダー 砂糖 油	牛乳 七草がゆ 白米 大根 小松菜 人参 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩	お茶 バナナヨーグルト プレーンヨーグルト バナナ 砂糖	牛乳 きな粉トースト 食パン きな粉 砂糖 バター	牛乳 ぜんざい 白玉粉 木綿豆腐 砂糖 あずき 砂糖 塩	牛乳 お麩ラスク 麩 黒砂糖		牛乳 ふかひき さつま芋 塩	お茶 ココアプリン 牛乳 ビュアココア イナアガー 砂糖	牛乳 カレーマヨいりこ バナナ いりこ 三温糖 マヨネーズ カレー粉 バナナ	牛乳 メロンパントースト 食パン 無塩バター グラニュー糖 小麦粉	牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
月日	1/20(月)	1/21(火)	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	1/25(土)	1/27(月)	1/28(火)	1/29(水)	1/30(木)	1/31(金)		
献立名	牛乳 クラッカー ご飯 豚肉と春雨の炒め物 白菜サラダ みそ汁 ミニゼリー	牛乳 野菜バー ご飯 レバーのケチャップ炒め 白身魚の煮付 納豆和え コンソメスープ みそ汁 みかん 白米	牛乳 野菜バー ご飯 白身魚の煮付 納豆和え みそ汁 りんご 白米	牛乳 ビスケット ロールパン 鶏のマーマレード焼き 大根シチュー バナナ	牛乳 えびせん ご飯 白身魚の南部焼き 高野豆腐の煮物 みそ汁 りんご オレンジ	牛乳 ひねり揚げ 和風パスタ 小松菜のごま和え みそ汁 黄桃缶 白米	牛乳 お麩ラスク 麩 黒砂糖	牛乳 クラッカー ご飯 ひじき入り玉子焼き 切干大根の煮物 春雨スープ みそ汁 りんご 白米	牛乳 野菜バー ご飯 鶏のから揚げ しらす和え 春雨スープ みかん 白米	牛乳 ビスケット ご飯 ポークビーンズ フレンチサラダ 豆乳スープ バナナ 白米	牛乳 えびせん 【誕生会】 ふりかけご飯 白身魚の香味フライ ポテトサラダ コンソメスープ りんご 白米		
材料名	豚肉 春雨 玉ねぎ 人参 ピーマン 中華だし 醤油 砂糖 酒 ごま油 白菜 きゅうり コーン ツナ 酢 醤油 油 砂糖 塩 わかめ 大根 人参 イリコ みそ ミニゼリー	鶏 レバー しょうが 醤油 片栗粉 酒 みりん 砂糖 油 ケチャップ 砂糖 酒 ソース パセリ 木綿豆腐 キャベツ きゅうり 人参 白ごま(すり) マヨネーズ 醤油 酢 水 イリコ みそ りんご みかん	タラ しょうが 醤油 片栗粉 酒 みりん 黒ごま 納豆 小松菜 太もやし 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 油揚げ 水 イリコ みそ りんご	鶏肉 マーマレード にんにく 醤油 みりん 砂糖 酒 大根 玉ねぎ じゃが芋 人参 ベーコン しめじ 牛乳 クリームシチュー 油 バナナ	白米 しょうが 醤油 酒 みりん みそ 高野豆腐 鶏卵 人参 いんげん 天然だし 醤油 みりん 酒 玉ねぎ ほうれん草 水 イリコ みそ オレンジ	白米 玉ねぎ しめじ 塩 バター きざみのり 小松菜 太もやし 人参 白ごま 酢 醤油 油 砂糖 塩 わかめ 玉ねぎ 椎茸 水 イリコ みそ 黄桃缶	サケ マヨネーズ クリームコーン缶 パセリ ほうれん草 きゅうり 人参 酢 醤油 油 砂糖 塩 玉ねぎ じゃが芋 白菜 水 イリコ みそ バナナ	鶏卵 ひじき 人参 玉ねぎ 椎茸 醤油 砂糖 塩 切干大根 油揚げ 人参 グリーンピース 天然だし 醤油 砂糖 みりん 酒 木綿豆腐 人参 はるさめ 玉ねぎ 中華だし みかん りんご	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 酒 ピーマン ホールトマト コンソメ 塩 ケチャップ 砂糖 片栗粉 油 小松菜 太もやし えのき しらす干し 醤油 砂糖 みりん 酒 玉ねぎ 人参 はるさめ 中華だし みかん	豚肉 大豆 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン パルメザンチーズ パセリ 油 じゃが芋 きゅうり コーン ツナ マヨネーズ 砂糖 塩 キャベツ 太もやし 人参 コンソメ りんご			
おやつ	牛乳 黒糖ラスク 食パン 黒砂糖	牛乳 ヨーグルトケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 油 プレーンヨーグルト	お茶 炊き込みごはん 白米 油揚げ 人参 ささがきごぼう 醤油 みりん 塩	牛乳 ミルクちきな粉 牛乳 片栗粉 砂糖 きな粉 砂糖	牛乳 さつま芋甘煮 さつま芋 砂糖 塩	牛乳 レモンケーキ ホットケーキミックス 鶏卵 無塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) レモン(果汁)	牛乳 ビストースト 食パン 玉ねぎ ピーマン ベーコン ケチャップ ミックスチーズ	お茶 レモンゼリー 牛乳 バナナ缶 イナアガー 砂糖	牛乳 善のりポテト じゃが芋 あおさ 塩	牛乳 クレープ 小麦粉 塩 鶏卵 牛乳 砂糖 油 生クリーム 砂糖 バナナ みかん缶			

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。



☆韓国料理☆
辛い食べ物が多いのはなぜ？

韓国は冬が厳しく、食材を長期保存する必要がありました。韓国料理でよく使われる唐辛子は伝統的な保存技術と結びつき代表的な辛さを生み出す基礎となったそうです♪