

# 2025年1月 明石市立幼稚園 月間献立表 (アレルギー対応食)

	月	火	水	木	金
	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	しろみさかなのたつたあげ スパソテー ちくわ煮 ●ポークビーンズ フルーツ(りんご) ごはん 	●わふうハンバーグ キャベツのおかか和え ●南瓜の煮物 豚大根 ●コーンとアスパラのソテー ●ごはん(ふりかけ)	とりにくのオレンジやき ブロッコリーのごま和え ●肉団子 白菜と春雨の炒め物 ほうれん草の小魚和え ごはん	●えびフライ ●ナポリタンスパ フライドポテト ●ツナサラダ インゲンの炒め物 ●ごはん(ふりかけ)	さわらのつけやき ●小松菜の炒め物 かぼちゃの天ぷら ひじき煮 肉団子 ごはん
おやつ	●ソフトせんべい	●たべっこベイビー	●おにぎりせんべい銀シャリ	●おこめボール	つぶつぶベジタブル
	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	 ●大人の日	●ポテトパンこやき スパソテー ウィンナーソテー 鶏肉とれんこんの煮物 ほうれん草の炒め物 ●ごはん(ふりかけ)	●ミートボールケチャップ キャベツソテー ブロッコリーポイル マカロニサラダ 煮豆 ごはん 	タラのからあげ スパソテー ●ちくわの炒め煮 肉じゃが 大根の炒め物 ●ごはん(ふりかけ)	●とりのてりやき キャベツの炒め物 スマイルポテト 豚肉と小松菜の煮物 インゲンのツナ和え ●パン
おやつ		ポテコ	かっぱえびせん	●おこめボール	おにぎりせんべい銀シャリ
	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	●ハンバーグ スパソテー ブロッコリーナムル ●ポテトサラダ フルーツ(みかん) ごはん	おさかなのナゲット 青のりポテト ●厚揚げの煮物 はるさめのいためもの 小松菜の小魚和え ●ごはん(ふりかけ)	さかなのなんぶやき キャベツソテー ちくわの磯辺揚げ 切干大根煮 肉団子 ごはん ★東北郷土料理★	とりのからあげ ●スパソテー ウィンナーポイル ●ごぼうサラダ 白菜とツナの和え物 ●ごはん(ふりかけ)	ポークチャップ ブロッコリーポイル ●さつま芋の甘煮 ひじき豆 ●コーンと枝豆のソテー ごはん 
おやつ	あげせん	●源氏パイ	●みかんゼリー	えびちび	●ソフトせんべい
	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	●ミートボールあんかけ スパソテー ●フライドポテト 高野豆腐の煮物 フルーツ(もも) ごはん	さわらのてんぷら キャベツのおかか和え ●インゲンの炒め物 大根サラダ ●人参とじゃこのカレー炒め ●ごはん(ふりかけ)	とりのみそやき ブロッコリーのごま和え ●ちくわの炒め煮 さつま芋の煮物 ●アメリカンドッグ ●パン 	●ポテトパンこやき スパソテー ウィンナーソテー ●れんこんサラダ ほうれん草の和え物 ●ごはん(ふりかけ)	●タラのマヨやき キャベツの炒め物 ●肉団子 白菜と鶏肉のうま煮 インゲンの炒め物 ごはん
おやつ	●おにぎりせんべい銀シャリ	つぶつぶベジタブル	●おこめボール	●たべっこベイビー	ポテコ

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。