



2025年度

# 1月 給食献立予定表



かすが保育園  
いちご保育室

日	曜	9時おやつ	主食	副食	3時おやつ	6時おやつ
5	月	牛乳 クッキー	カレーうどん	キャベツのゆかり和え ミニトマト	麦茶 エビせんべい 煮干し	牛乳 バナナ
6	火	ヨーグルト	パン フォカッチャ	れんこん入り肉団子のスープ かぼちゃサラダ みかん	牛乳 アスパラビスケット	麦茶 せんべい
7	水	牛乳 干し芋	麦ごはん	回鍋肉 もやしとメンマの和え物 中華コーンスープ	麦茶 七草粥	牛乳 ウエハース
8	木	チーズ オレンジ	ふりかけごはん	かれいのフレーク焼き 春雨サラダ すまし汁	牛乳 あんバタートースト	麦茶 クラッカー
9	金	牛乳 せんべい	ごはん	いり鶏 しらたきのたらこ和え みそ汁	麦茶 じゃがいものチーズ焼き	牛乳 ビスコ
10	土	牛乳 ウエハース	煮込みうどん	小松菜と切干大根のサラダ ミニトマト	牛乳 動物ビスケット	麦茶 さつまいもチップス
13	火	牛乳 りんご	パン ベーグル	かぶと鮭のシチュー カリフラワーのカレー炒め チーズ	麦茶 みそ焼きおにぎり	牛乳 せんべい
14	水	ヨーグルト	ごはん	野菜の五目煮 油揚げの中華風酢の物 すまし汁	牛乳 クッキー	麦茶 アスパラビスケット
15	木	牛乳 Caせんべい	焼鳥丼	はんぺんサラダ みそ汁	麦茶 フレンチトースト	牛乳 ウエハース
16	金	牛乳 ビスケット	ミートソーススパゲティ	五色サラダ バナナ 牛乳	麦茶 ウエハース	麦茶 ゆかりごはん
17	土	牛乳 クラッカー	サンドイッチ	コーンスローサラダ モザイクスープ	牛乳 ビスコ	麦茶 干し芋
19	月	ヨーグルト	菜飯	おでん 大豆とツナのサラダ みかん	牛乳 干し芋	麦茶 クッキー(チョイス)
20	火	牛乳 ウエハース	麦ごはん	白身魚のねぎみそ焼き 小松菜と切干大根のサラダ すまし汁	麦茶 せんべい	牛乳 パン・オレ
21	水	牛乳 クラッカー	ごはん	エビフライ ブロッコリーのおかか和え ほうとう風みそ汁	牛乳 ビスケット	麦茶 Caせんべい
22	木	チーズ りんごチップス	パン ブルマン全粒粉	鶏肉のイタリアンソースがけ 里芋サラダ スープ	おにぎりの日	牛乳 動物ビスケット
23	金	牛乳 エビせんべい	鶏南蛮うどん	ひじきしゅうまい なめたけ和え	誕生会おやつ	麦茶 ふりかけごはん
24	土	牛乳 クッキー	ごはん	鮭の西京焼き 中華風サラダ すまし汁	麦茶 クラッカー	牛乳 ジャムサンド
26	月	牛乳 Caせんべい	麦ごはん	大根と高野豆腐の煮物 人参サラダ みそ汁	牛乳 スイートポテト	麦茶 ビスケット
27	火	牛乳 バナナ	ごはん	ハンバーグ ポテトサラダ みそ汁	麦茶 クッキー	牛乳 クラッカー
28	水	牛乳 動物ビスケット	みそ煮込みうどん	チキンナゲット ミニトマト	牛乳 せんべい	麦茶 チーズ さつまいもチップス
29	木	ヨーグルト	わかめごはん	かじきの竜田揚げ 和風サラダ すまし汁	麦茶 ラーメン	牛乳 エビせんべい
30	金	牛乳 せんべい	パン プティナチュール	豚肉のトマトソースがけ エビの彩りサラダ コーンクリームスープ	牛乳 ココアカップケーキ	麦茶 みかん
31	土	牛乳 ビスコ	ごはん	野菜炒め じゃが芋の磯和え みそ汁	麦茶 ウエハース	牛乳 パン・オ・レザン

## 冬も油断大敵！食中毒対策をしっかりと！



寒い冬、実は冬も食中毒が起こりやすい季節と知っていましたか？  
特にノロウイルスなどが原因で、あっという間に広がってしまうこともあります。  
おうちでできる簡単な対策で、元気いっぱい冬を過ごしましょう。

### ①手洗いを徹底！

調理前、食事前、トイレの後は石けんでゴシゴシ！特に帰宅後の手洗いは  
家族みんなで習慣にしましょう。

### ②加熱を忘れずに！

牡蠣や二枚貝、お肉などは中心部までしっかり火を通すのが鉄則！  
目安は85～90℃で1分以上です。

### ③調理器具も清潔に！

包丁やまな板はお肉や魚を切った後熱湯消毒または塩素系漂白剤で殺菌！

### ④早めに冷蔵庫へ！

作り置きのお料理は、粗熱を取ったらすぐに冷蔵庫へ。常温放置は危険です！



本年もどうぞ  
よろしく願い  
いたします！