

2025



# こんだてひょう

今月の郷土料理

しっぽくうどん（香川県）

1(ど)

ごはん  
ぶたとどうふのみそだき  
ポテトサラダ  
フルーツ

432/335kcal

★27日の『しっぽくうどん』は香川県の郷土料理です。  
『しっぽくうどん』は秋から冬にかけてとれる野菜と油揚げを  
煮干しの出汁で一度煮込み、ゆでたうどんの上から  
具材とともにかけて食べる料理で、寒い季節にぴったりな冬の郷土料理です。



3(げつ)

4(か)

5(すい)

6(もく)

7(きん)

8(ど)

ごはん  
レモンチキン  
にんじんのあまに  
こまつなのごまあえ  
フルーツ

397/300kcal

ごはん  
ようふうがんもどき  
ボイルキャベツ  
スパゲティソテー<sup>ト</sup>  
フルーツ

440/326kcal

ごはん  
さかなのやきづけ  
レタス  
みそしる  
フルーツ

403/319kcal

パン  
キャベツバーグ  
トマト  
さといものつけ  
フルーツ

557/371kcal

チャンポンメン  
かぼちゃのグラッセ  
フルーツ

345/291kcal

10(げつ)

11(か)

12(すい)

13(もく)

14(きん)

15(ど)

ごはん  
ジャーマンオムレツ  
トマト  
なます  
フルーツ

373/281kcal

ごはん  
かきあげ  
ブロッコリーのしおゆで  
みそしる  
フルーツ

474/368kcal

ごはん  
カレーシチュー  
ツナサラダ  
フルーツ

495/378kcal

ごはん  
あつやきたまご  
ブロッコリーのしおゆで  
とんじる  
フルーツ

462/346kcal

パン  
さかなのホイルむし  
きゅうりのしおもみ  
マーボーもやし  
フルーツ

432/335kcal

17(げつ)

18(か)

19(すい)

20(もく)

21(きん)

22(ど)

ごはん  
キャベツバーグ  
トマト  
さといものつけ  
フルーツ

551/413kcal

ごはん  
ようふうがんもどき  
レタス  
スパゲティソテー<sup>ト</sup>  
フルーツ

440/326kcal

ごはん  
さかなのやきづけ  
ボイルキャベツ  
みそしる  
フルーツ

403/319kcal

ごはん  
ぎゅうにくときのこのカレー  
ツナサラダ  
フルーツ

460/349kcal

パン  
ジャーマンオムレツ  
トマト  
なます  
フルーツ

373/281kcal

24(げつ)

25(か)

26(すい)

27(もく)

28(きん)

29(ど)

ごはん  
レモンチキン  
にんじんのあまに  
こまつなのごまあえ  
フルーツ

397/300kcal

ごはん  
かきあげ  
ブロッコリーのしおゆで  
みそしる  
フルーツ

474/368kcal

ごはん  
あつやきたまご  
★しっぽくうどん  
フルーツ

480/364kcal

パン  
さかなのホイルむし  
きゅうりのしおもみ  
マーボーもやし  
フルーツ

478/312kcal

パン  
おやこに  
さつまいものサラダ  
フルーツ

429/323kcal

\*エネルギー表示は 幼児/乳児 kcal となっています。

\*仕入れ等の事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。