

2026年1月献立表

定さくら保育園

日 (曜日)	5・19日 (月)	6・20日 (火)	7・21日 (水)	8・22日 (木)	9・23日 (金)	10・24日 (土)	26日 (月)	13・27日 (火)	14・28日 (水)	15・29日 (木)	16・30日 (金)	17・31日 (土)						
昼食	①カレースパゲティ ②野菜スープ	①ごはん ②雑煮風 ③ごまめ	①パン ②パンキンシチュー ③ブロッコリーのサラダ	①ごはん ②三平汁 ③ほうれん草のごま和え	①ごはん ②鶏のねぎ塩焼き ③おからの炊いたん ④かぶのすまし汁	①ごはん ②豚と野菜の ソース炒め ③ちんげん菜のみそ汁	①木の葉丼 ②きゃべつのすまし汁	①ごはん ②赤魚と焼き豆腐の 煮付け ③白菜としめじのみそ汁	①ごはん ②おでん ③ゼリー (ふりかけごはん)	①ごはん ②さばの塩焼き ③紅白なます ④とうふと水菜の みそ汁	①肉うどん ②きゃべつと胡瓜の 酢の物	①中華丼 ②わかめのスープ						
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児				
	スパゲティ 油 合びきミンチ たまねぎ にんじん ケチャップ カレー粉 濃口しょうゆ ウスターソース 砂糖 パセリ コーン缶 にんじん スープの素 薄口しょうゆ 水	30.0 45.0 1.0 1.1 20.0 25.0 28.2 37.6 9.7 14.6 10.0 15.0 0.1 0.2 1.0 1.2 0.2 0.4 1.0 1.2 0.2 0.3 3.0 4.0 4.8 6.8 0.8 1.0 0.8 1.0 100 140	米 焼ふ 鶏肉(細切れ) さといも だいこん 金時人参 白みそ みそ だしかつお 水 ごまめ 濃口しょうゆ 砂糖 酒	40.0 50.0 1.0 2.0 20.0 30.0 5.0 7.0 12.8 17.0 25.0 35.0 14.6 19.4 4.0 5.0 3.0 4.0 2.0 3.0 110 150 4.0 5.0 0.6 0.8 0.6 0.6	黒糖ロール ベーコン かぼちゃ たまねぎ にんじん 砂糖 バター スープの素 水 食塩 牛乳 米粉 ブロッコリー にんじん 油 酢 薄口しょうゆ	40.0 50.0 25.0 35.0 40.5 54.0 37.6 47.0 14.6 19.4 1.0 1.5 2.0 2.0 60.0 90.0 0.2 0.3 50.0 70.0 3.0 5.0 20.0 25.0 6.8 9.7 3.0 3.5 2.0 2.5 0.5 0.7	米 生さけ だいこん にんじん 厚揚げ 青ねぎ みそ みりん 砂糖 薄口しょうゆ だしかつお 水 ほうれん草 もやし にんじん 白ごま 濃口しょうゆ	40.0 50.0 25.0 30.0 20.0 30.0 10.0 12.0 20.0 28.0 10.0 15.0 3.5 4.5 3.5 6.0 0.5 0.6 10.0 12.0 8.0 10.0 5.0 7.0 2.0 3.0 100 140	米 たまご しいたけ 色板 たまねぎ 青ねぎ みりん 刻みのり 砂糖 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ だしかつお 水 きゃべつ にんじん 薄口しょうゆ だしこんぶ だしかつお 水	40.0 50.0 35.0 50.0 10.0 15.0 8.0 10.0 5.0 8.0 1.5 2.0 1.2 2.0 0.2 0.3 4.0 5.5 2.0 3.0 2.0 3.0 0.0 0.0 0.0 0.0 14.5 18.0 6.0 8.0 3.0 4.0 0.8 1.0 1.0 1.5 100 140	米 ゆかり粉 たまご 鶏肉 だいこん にんじん 平天 みりん 砂糖 濃口しょうゆ だしかつお 水 白菜 しめじ みそ だしかつお 水 ゼリー	40.0 50.0 25.0 25.0 30.0 35.0 40.0 60.0 15.0 20.0 1.5 2.0 4.0 5.0 0.0 0.0 12.0 15.0 5.9 8.5 5.0 7.0 2.0 3.0 100 140	米 さば 食塩 だいこん 金時人参 食塩 酢 砂糖 とうふ 水菜 みそ だしかつお 水 キャベツ 胡瓜 にんじん 砂糖 酢 薄口しょうゆ	40.0 50.0 40.0 50.0 0.1 0.2 27.0 36.0 5.0 7.0 0.2 0.3 3.5 4.5 0.5 0.7 30.0 40.0 8.5 12.8 5.0 7.0 2.0 3.0 100 140	米 ゆでうどん 牛肉 濃口しょうゆ 砂糖 たまねぎ 青ねぎ 薄口しょうゆ だしこんぶ 水 キャベツ 胡瓜 にんじん 砂糖 酢 薄口しょうゆ	100 150 25.0 30.0 0.8 1.0 1.2 1.5 10.0 15.0 1.9 2.8 5.0 8.0 1.5 2.0 0.8 1.0 130 170 25.0 30.0 6.8 9.7 6.0 8.0 3.0 3.5 2.0 2.5 0.8 0.9	米 豚肉 白菜 ヤングコーン にんじん たまねぎ シャンタン 砂糖 薄口しょうゆ スープの素 ごま油 片栗粉 わかめ もやし スープの素 薄口しょうゆ 水	40.0 50.0 25.0 30.0 1.2 1.5 10.0 15.0 1.9 2.8 5.0 8.0 1.5 2.0 0.8 1.0 1.5 1.9 0.5 0.8 1.0 1.5 1.0 1.5 0.2 0.3 7.0 12.0 0.8 1.0 100 140
	5日 ①牛乳 ②おかし 19日 ①牛乳 ②あげないさつまいも	①牛乳 ②アップルスティック	①牛乳 ②七草粥	①牛乳 ②焼きそば	①牛乳 ②くだもの ③せんべい	①牛乳 ②マフィン	①牛乳 ②くだもの ③おかし	①牛乳 ②スイートポテト	①牛乳 ②ジャムパン (いちご)	①牛乳 ②あずき抹茶ケーキ	①牛乳 ②ツナおにぎり	①牛乳 ②ワッフルスティック						
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児				
	牛乳 ハッピーターン 21日 牛乳 あげないさつまいも さつまいも 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 春巻きの皮 りんご りんごジャム シナモン 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 焼きそば きやべつ にんじん たまねぎ とんかつソース ウスターソース 中華あじ 青のり粉	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 バナナ マフィン 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 みかん ハーベスト 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー あずき 抹茶 豆乳 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 米 ツナ缶 にんじん だしこんぶ だしかつお 薄口しょうゆ	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5	牛乳 ワッフルスティック 砂糖 油	100 120 15.0 15.0 10.0 10.0 5.0 5.0 0.1 0.1 65.0 75.0 3.0 4.0 1.0 1.5		

※献立は都合により変更する場合がありますのでご了承ください

あけましておめでとうございます。寒い季節なので給食では体を温め元気に過ごせるような献立を取り入れていきます。
これからも安心安全で笑顔あふれる給食作りを心掛けてまいりますので本年もどうぞよろしくおねがいします。

