

きゅうしよくだより



令和8年2月1日

★予定献立表★（材料の都合上献立を変更することがあります。）

曜 日	月	火	水	木	金
日 付					
副 食	<div> <div> <div>豆のはなし</div> <div> <p>～ 大豆の効果・効能 ～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を温める ・脳の活性化 ・糖を燃焼する（ダイエット効果） ・繊維質が多い（整腸作用、便秘予防） ・骨粗しょう症予防・成長の促進 </div> <div> <p>～ 他の食材との相性もよい ～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆&お米 混ぜご飯や赤飯など ・豆&肉 ポークビーンズなど ・豆&野菜 南瓜のいとし煮、サラダなど </div> </div> </div>				
主 食					
10時のおやつ(未満児)					
3時のおやつ					
主な使用食品 (調味料等除く)					
行 事					
日 付	2	3	4	5	6
副 食	しおまーぼー ちくわのてんぷら ちゅうかすーぷ	ぶたじるふう あまなっとう	しちゅー はくさいとつなの さっぱりさらだ ばなな	きっしゅ きゃべつとにんじんの おかかあえ みそしる	おべんとうのひ
主 食	ごはん	かわりごはん	ごはん(ふりかけ)	もちきびごはん	
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	牛乳・せんべい	牛乳・くらっかー	牛乳・くつきー
3時のおやつ	もみじまんじゅう・おちゃ	おかし・牛乳	くつきー・牛乳	おかし・牛乳	せんべい・じゅーす
主な使用食品 (調味料等除く)	木綿豆腐、豚ひき肉、長ネギ、ちくわ、人参、卵、にら、キャベツ、いりごま、もみじまんじゅう	鮭フレーク、焼きそば麺、アメリカンドッグ(3歳以上)、ミニドック(0～2歳)、甘納豆、ブロックリー、とんがりコーン、焼きのり、大根、ごぼう、人参、玉ねぎ、豚肉、豆腐	鶏肉、芋、人参、玉ねぎ、コーン、白菜、シーチキン、バナナ	ほうれん草、芋、人参、チーズ、ベーコン、長いも、卵、キャベツ、枝豆、木綿豆腐、玉ねぎ、ふのり	
行 事		まめまき			
日 付	9	10	11	12	13
副 食	はんぱーぐ もやしとこまつなの ちゅうかあえ こんそめすーぷ	にくじゃが ぼばいさらだ みそしる		さかなのふらい きりぼしだいこんと ひじきのさらだ みそしる	まいたけうどん いちごのはーとかっぷ ちーず
主 食	ごはん	ごはん		ごはん	うどん
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・くらっかー		牛乳・せんべい	牛乳・くつきー
3時のおやつ	ろーるけーき・牛乳	おかし・牛乳		くつきー・牛乳	せんべい・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	ハンバーグ、玉ねぎ、ミックスベジタブル、コーン、トマトピューレ、もやし、小松菜、人参、カニカマ、いりごま、ベーコン、ほうれん草、マカロニ、卵	豚肉、芋、人参、玉ねぎ、つきこん、いんげん、ほうれん草、シーチキン、コーン、もやし、人参、焼くわ	鶏肉、芋、人参、玉ねぎ、芋、福神漬(3歳以上)、きゅうり、大根、キャベツ、チーズ	白身魚のフライ、卵、玉ねぎ、キャベツ、パセリ粉、切干大根、人参、芽ひじき、シーチキン	鶏肉、まいたけ、ほうれん草、玉ねぎ、干しいたけ、ナルト、揚げ玉、チーズ、いちごのハートカップ
行 事					
日 付	16	17	18	19	20
副 食	ころっけ こまつなとにんじんの あえもの みそしる	さけのちゃんちゃんやき なっとうさらだ すましじる	ちきんかれー こりこりさらだ ぎゅうにゅう	きゃべつのごまあえ みそしる	みーとすばげてい こんそめすーぷ けーき
主 食	ごはん	ごはん	ごはん	かわりどん(とりそばろ)	すばげてい
10時のおやつ(未満児)	牛乳・くつきー	牛乳・うえはーす	乳酸菌飲料・くらっかー	牛乳・せんべい	牛乳・くつきー
3時のおやつ	どらやき・おちゃ	おかし・牛乳	せんべい・じゅーす	くつきー・牛乳	おかし・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)	コロケ、キャベツ、小松菜、人参、もみのり、とりごぼう、ごぼう、玉ねぎ、どらやき	鮭、しいたけ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅうり、ローズハム、いりごま、もやし、納豆、まいたけ、水菜、花魁	鶏肉、人参、玉ねぎ、芋、福神漬(3歳以上)、きゅうり、大根、キャベツ、チーズ	鶏ひき肉、卵、いんげん、キャベツ、人参、ほうれん草、焼くわ、白すりごま、芋、とろろ昆布、玉ねぎ	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマトピューレ、キャベツ、ベーコン、ケーキ
行 事					おたんじょうかい
日 付	23	24	25	26	27
副 食		あじふらい きんちゃくののにも みそしる	けちやっふいため みそどれさらだ じゃがいものすーぷ	さつまあげ わかめさらだ みそしる	しょうゆらーめん くだもの
主 食		じゅうろっくごはん	ぱん	ごはん	らーめん
10時のおやつ(未満児)		牛乳・うえはーす	牛乳・くらっかー	牛乳・せんべい	牛乳・くつきー
3時のおやつ		おかし・牛乳	やきおにぎり・おちゃ	くつきー・牛乳	おかし・牛乳
主な使用食品 (調味料等除く)		アジフライ、キャベツ、市販、こんにゃく、ふのり、玉ねぎ、人参	マカロニ、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー、トマトピューレ、レタス、きゅうり、コーン、ローズハム、白すりごま、芋、クルトン、パセリ粉	エビすり身、黄大豆、黒豆、人参、玉ねぎ、ごぼう、卵、ブロックリー、トマト、きゅうり、海藻サラダ、焼くわ、いりごま、なめこ	玉ねぎ、もやし、人参、椎茸、焼き豚、卵、ナルト、メンマ、くだもの
行 事					

★特定の食品に対してアレルギーをもつ子には、ある程度の除去食もしくは代替食を提供しています。

★年齢により、献立が変更になることがあります。

★土曜保育を希望する子には、牛乳・パン・おやつを提供しています。

★天候不順や価格高騰などの影響により、メニューが変更になることがあります。