

きゅうしょくだより

1月

★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。)

令和8年1月1日

| 曜 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--------------------|---|--|--|--|--|
| 日 付 | <div><div><div>あけまして おめでとう ございます</div><div>2026</div><div>午</div></div><div><div>規則正しい生活で生活リズムを整えよう</div><div><div>早起き</div><div>早寝</div><div>朝ごはん</div><div>運動</div></div></div></div> | | | | |
| 副 食 | | | | | |
| 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 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 副 食 | ぎょうざ もやしとわかめの ちゅうかあえ みそしる | さけのあけぼのやき かぼちゃのてんぶら みそしる | まーぼーはるさめ たこやき ちゅうかすーぷ | かれーらいす きゃべつのしらすあえ ぎゅうにゅう | きつねうどん くだものゼリーー |
| 主 食 | ごはん | ごはん | もちむぎごはん | ごはん | うどん |
| 10時のおやつ(未満児) | 牛乳・くつきー | 牛乳・うえはーす | 牛乳・せんべい | 乳酸菌飲料・くらっかー | 牛乳・くつきー |
| 3時のおやつ | おまんじゅう・おちゃ | おかし・牛乳 | くつきー・牛乳 | せんべい・じゅーす | おかし・牛乳 |
| 主な使用食品 (調味料等除く) | 餃子、枝豆、もやし、わかめ、人参、 ロースハム、いりごま、絹厚揚げ、玉ねぎ、 おまんじゅう | 鮭、人参、粉チーズ、レタス、南瓜、 高野豆腐、玉葱 | 春雨、豚ひき肉、ピーマン、しいたけ 人参、長ねぎ、たこ焼き、青のり、かつお節 しめじ、チンゲン菜、いりごま | 豚肉、人参、玉ねぎ、芋、グリーンピース 福神漬、キャベツ、ほうれん草、しらす | 油揚げ、ナルト、鶏肉、ほうれん草、玉ねぎ 人参、果物ゼリーー |
| 行 事 | | | | | |
| 日 付 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 副 食 | <div><div><div>成人の日</div></div></div> | いわしのしょうがに こうやどうふの ふんわりたまごとじ すましじる | いりどり あおばなつとう みそしる | やきそば ちゅうかすーぷ くだもの | <div><div><div>おべんとうのひ</div></div></div> |
| 主 食 | | ごはん | ごはん | ちゅうかめん | |
| 10時のおやつ(未満児) | | 牛乳・うえはーす | 牛乳・せんべい | 牛乳・くらっかー | |
| 3時のおやつ | | おかし・牛乳 | くつきー・牛乳 | おかし・牛乳 | |
| 主な使用食品 (調味料等除く) | | いわしの生身煮、キャベツ、高野豆腐、卵 干しいたけ、人参、いんげん、水菜、 はんぺん | 鶏肉、ナルト、さつまいも、人参、ごぼう 干しいたけ、こんにゃく、グリーンピース ほうれん草、ひきわり納豆、いりごま、 白菜、油揚げ | キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ ピーマン、豚肉、青のり、白菜、 にら、果物 | |
| 行 事 | | | | | |
| 日 付 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 副 食 | めんちかつ ほうれんそうとはくさいの いそべあえ みそしる | さばのてりやき だいこんのそぼろに みそしる | ささみのぴかた こーるすろーさーだ みそしる | ぎせいどうふ だいこんとわかめの すのもの みそしる | なぼりたん だいこんときゃべつの すーぷ けーき |
| 主 食 | ごはん | ごはん | ごはん | ごはん | 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 | 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 | たいやき・おちゃ | おかし・牛乳 | くつきー・牛乳 | おかし・牛乳 | せんべい・牛乳 |
| 主な使用食品 (調味料等除く) | メンチカツ、キャベツ、ほうれん草、白菜、 焼きのり、すり身、玉葱、人参、たい焼き | さば、ブロッコリー、大根、玉ねぎ、 豚ひき肉、小ネギ、木綿豆腐、なめこ、 わかめ | 鶏ささみ肉、卵、枝豆、キャベツ、人参 コーン、ふき、油揚げ | 鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、 しいたけ、いんげん、芽ひじき、卵、 ブロッコリー、大根、海藻サラダ、きゅうり、 みかん、小松菜、焼くわ | 人参、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー トマトピューレ、大根、キャベツ、ベーコン ケーキ |
| 行 事 | 1号認定3学期始園日 | | | | おたんじょうかい |
| 日 付 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 副 食 | なまあげのそぼろに もやしとわかめの ぼんずさーだ みそしる | あげたらのおろしかけ にんじんしりしり みそしる | とりにくのとまにこみ こーんすーぷ くだものゼリーー | しらゆきさーだ みそしる | みそらーめん ふるーちえ |
| 主 食 | ごはん | ごはん | ふわしろろーる | かわりどん(ぶたどん) | らーめん |
| 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 | ぱんけーき・牛乳 | おかし・牛乳 | やきおにぎり・おちゃ | おかし・牛乳 | せんべい・牛乳 |
| 主な使用食品 (調味料等除く) | 絹厚揚げ、鶏ひき肉、えのき、人参 玉ねぎ、大根、グリーンピース、もやし 海藻サラダ、焼くわ、キャベツ、卵、 パンケーキ | たら、大根、ブロッコリー、人参、木綿豆腐 卵、いりごま、もやし、あおき | 鶏肉、玉ねぎ、しめじ、トマトピューレ、 マカロニ、コーン、クルトン、パセリ粉、 果物ゼリーー、焼おにぎり | 豚肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、おから きゅうり、レタス、パプリカ、しめじ、南瓜 油揚げ | もやし、人参、玉ねぎ、しいたけ、焼き豚 卵、ナルト、メンマ、フルーチェ |
| 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。