

## 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					
副食	 <p>あけまして おめでとう ございます</p> <p>2026</p> <p>規則正しい生活で生活リズムを整えよう</p> <p>早起き 早寝 朝ごはん 運動</p>				
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 かぼちゃのてんぷら みそしる	まーぼーはるさめ ぽてと 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
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、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、鶏ひき肉、ピーマン、しいたけ 人参、長ねぎ、ホトテ、しめじ、チンゲン菜、 いりごま	豚肉、人参、玉ねぎ、芋、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
行事					
日付	12	13	14	15	16
副食	 <p>成人の日</p>	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 あおばなっとう みそしる	やきそば ちゅうかすーぷ くだもの	 <p>おべんとうのひ</p>
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、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、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 こーるすーさらだ 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 すーぶ 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、ブロック、大根、玉ねぎ、 鶏ひき肉、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、 ブロック、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 ぼんずさらだ 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	とりにくのとまどにこみ こーんすーぶ くだものゼリー	しらゆきさらだ みそしる	みそらーめん ふるーちえ
主食	ごはん	ごはん	ごはん	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	おかし・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、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、ブロック、人参、木綿豆腐 卵、いりごま、もやし、あおさ	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、焼おにぎり	豚肉、玉ねぎ、人参、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は、お弁当持参になります。

★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。