

令和8年 1月 給食献立表

さくら保育園

日	曜日	朝おやつ	献立名	午後おやつ
1	木		✿元日✿	
2・3	金土		✿年始休み✿	
5	月	せんべい	ごはん 鶏肉の照り焼き (鶏肉・酒・砂糖・醤油・みりん・しょうが) 紅白なます (大根・人参・酢・砂糖・塩) お雑煮風すまし汁 (人参・しいたけ・大根・白菜・里芋・かまぼこ・麺・ささみ・醤油・酒・みりん・かつおだし・さばだし)	栗きんとん (栗の甘露煮・さつまいも・砂糖) 麦茶
6	火	チーズ	根菜カレー (ごはん・玉葱・人参・じゃが芋・ごぼう・れんこん・大根・チーズ・りんご・豚肉・カレールウ) シーザーサラダ (キャベツ・きゅうり・コーン・ハム・粉チーズ・マヨネーズ・塩) 福神漬 乳児…たくあん	ひとくち焼き芋 (さつまいも・塩) 麦茶
7	水	ウエハース	七草粥風 (ごはん・シーチキン・人参・大根・しいたけ・白菜・えのき・小松菜・葱 醤油・酒・みりん・かつおだし・さばだし) 切干大根煮 (切干大根・人参・糸こんにゃく・油揚げ・砂糖・醤油・みりん・さばだし) たたききゅうり(きゅうり・塩)・チーズかまぼこ	お麩ラスク (麩・砂糖・バター) 牛乳
8	木	飲むヨーグルト	食パン 白身魚の洋風焼き (カレイ・小麦粉・玉ねぎ・コーン・ピーマン・パプリカ・粉チーズ・マヨネーズ・ケチャップ) スペゲティサラダ (スペゲティ・人参・きゅうり・コーン・マヨネーズ) 和風ポトフ (人参・じゃが芋・大根・こんにゃく・鶏肉・ベーコン・かつおだし・さばだし・塩)	バナナケーキ (バナナ・牛乳・卵・砂糖 ホットケーキミックス・バター) 麦茶
9	金	ビスケット	スタミナ納豆ごはん (ごはん・納豆・鶏肉・葱・にんにく・しょうが・醤油・砂糖・ごま油) やみつききゅうり(きゅうり・鶏ガラ・ごま・ごま油) たくあん おふのみそ汁 (麩・人参・ほうれん草・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	アンパンマンパン (あんパン) スキムミルク:幼児ココア (脱脂粉乳)
10	土	希望保育		
12	月		✿成人の日✿	
13	火	ウエハース	食パン 鮭の香りフライ (鮭・小麦粉・卵・パン粉・黒ごま・青のり) マセドアンサラダ (じゃが芋・人参・きゅうり・ハム・トマト・酢・砂糖・塩) 野菜スープ (人参・じゃが芋・いんげん・キャベツ・ベーコン・トマト缶・ケチャップ・コンソメ)	ケークサレ (ホットケーキミックス・卵・ピーマン 玉ねぎ・ハム・牛乳・バター・ケチャップ) 牛乳
14	水	ソーセージ	ごはん 鶏肉のBBQソース (鶏肉・りんご・玉ねぎ・生姜・にんにく・酒・醤油・砂糖・酢・ケチャップ) 小松菜とりんごのサラダ (小松菜・りんご・キャベツ・わかめ・醤油) 豆腐のスープ (豆腐・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	たまごボーロ (片栗粉・卵・砂糖・スキムミルク) スキムミルク (脱脂粉乳)
15	木	せんべい	★わくわくデー★ サンドイッチ(イチゴジャム)・コーンパン・カレーパン(幼児のみ) 鶏肉の竜田揚げ(鶏肉・しょうが・酒・みりん・醤油・片栗粉)※乳児:照り焼き ミートボール(ミートボール・醤油・砂糖・みりん・片栗粉) マカロニサラダ (マカロニ・人参・きゅうり・コーン・マヨネーズ) チーズ・バナナ・みかん・野菜ジュースorりんごジュース(乳児:野菜ジュース)	フルーチェ (いちご味・牛乳) ライスクッキ(防災食) (ココナッツ味)
16	金	バナナ	ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・糸こんにゃく・いんげん・砂糖・みりん・醤油・酒) ほうれん草のごま油和え (とりささみ・ほうれん草・もやし・醤油・ごま油・砂糖) えのきのみそ汁 (えのき・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	ソース焼きそば (やきそば・キャベツ・ピーマン ・人参・玉ねぎ・粉末ソース) 麦茶
17	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
19	月	ヨーグルト	カレーうどん (うどん・人参・玉ねぎ・じゃがいも・大根・豚肉・油揚げ・白葱・カレールウ 醤油・みりん・かつおだし・さばだし) さつまいものマヨ和え (さつまいも・マヨネーズ) バナナ	ツナマヨ蒸しパン (ホットケーキミックス・マヨネーズ ・ツナ・牛乳・サラダ油) 麦茶
20	火	ビスケット	鶏そぼろ丼 (ごはん・鶏肉・卵・砂糖・醤油・みりん・酒・しょうが) プロッコリーマヨ(プロッコリー・マヨネーズ) わかめのみそ汁 (わかめ・玉ねぎ・人参・コーン・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	バナナホイップケーキ (バナナ・生クリーム・ロールカステラ) 乳児:生クリームなし ジョア
21	水	チーズ	レーズンパン 鮭のピカタ焼き (鮭・卵・小麦粉・パセリ・ケチャップ) キャベツの中華サラダ (キャベツ・人参・きゅうり・春雨・すりごま・酢・砂糖・醤油・ごま油) えのきのスープ (えのき・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	マカロニのトマト煮 (マカロニ・鶏肉・人参・玉ねぎ・パセリ・砂糖・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ) 麦茶

22	木	野菜ジュース	しょうゆラーメン (ラーメン・豚肉・キャベツ・人参・もやし・コーン・なると・醤油・鶏ガラ) チーズかまぼこ バナナ	コーンフレーククッキー (小麦粉・コーンフレーク・卵・バター・砂糖・ベーキングパウダー) 牛乳
23	金	飲むヨーグルト	ごはん 鶏肉の塩レモン焼き (鶏肉・酒・みりん・醤油・砂糖・レモン汁・パセリ) もやしとツナのさっぱり和え (もやし・シーチキン・きゅうり・醤油・酢・砂糖・ごま油) 豆腐とわかめのみそ汁 (豆腐・わかめ・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	わらびもち風 (ゼラチン・黄な粉・砂糖・塩) 麦茶
24	土	希望保育		ピスケット・野菜ジュース
26	月	せんべい	食パン ハンバーグ (豚肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・ケチャップ) ポテトサラダ (じゃがいも・人参・きゅうり・シーチキン・コーン・マヨネーズ) しめじのスープ (しめじ・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	# さつまいもまんじゅう (さつまいも・ホットケーキミックス・バター・生クリーム・砂糖) 牛乳
27	火	ヨーグルト	ごはん 高野豆腐の煮物 (高野豆腐・鶏肉・人参・しいたけ・白葱・砂糖・醤油・酒・みりん・片栗粉) 白菜とひじきのおかか和え (白菜・キャベツ・油揚げ・ひじき・かつお節・醤油) 大根のみそ汁 (大根・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	パンプディング (食パン・卵・牛乳・砂糖・粉糖) 麦茶
28	水	ソーセージ	ごはん 塩焼きとり (鶏肉・酒・塩・こしょう) カラフルマヨ和え (パプリカ・人参・きゅうり・玉ねぎ・大根・トマト・シーチキン・マヨネーズ・醤油) サンラータン (大根・人参・豆腐・ハム・筍・しいたけ・白葱・醤油・酢・鶏ガラ)	チーズクッキー (粉チーズ・バター・牛乳・卵・小麦粉・砂糖) 牛乳
29	木	バナナ	ごはん 鮯ステーキ (まぐろ・酒・塩・こしょう) 小松菜のお浸し (小松菜・キャベツ・かつお節・醤油) 島田汁 (じゃが芋・大根・人参・玉葱・ごぼう・しいたけ・レタス・油揚げ・みそ・かつおだし・さばだし・茶葉)	みかん・せんべい
30	金	ウエハース	ごはん 松風焼き (鶏肉・玉葱・人参・卵・パン粉・しょうが・みそ・ごま・砂糖・醤油・酒) ひじきの白和え風 (ひじき・厚揚げ・人参・しいたけ・ほうれんそう・醤油・砂糖・すりごま) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・人参・大根・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	シュガートースト (食パン・バター・グラニュー糖) スキムミルク: 幼児ココア (脱脂粉乳)
31	土	希望保育		ピスケット・野菜ジュース

除去はありません
除去があります

ひよこ組のみチェックをお願いします
✿1月の1日当たりの平均栄養摂取量です✿
«左:幼児 / 右:乳児»

エネルギー(Kcal)	667	563	〆切日 月 日
たんぱく質(g)	26.8	22.0	
脂質(g)	21.2	17.7	
Ca(mg)	261	241	
Vc(g)	28	22	
鉄分(mg)	2.6	2.2	
塩分(g)	2.3	2.0	

