

2026年

1月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
5	月	麦ごはん(未満児用) カレー わかめのごま酢和え	牛乳(未満児) いちご30g(未満児) スキムミルク フルーツヨーグルト	牛乳・牛肉・カツわかめ・ 脱脂粉乳・ブレンヨー グルト	精白米・押麦・じゃがいも・ カレー粉・なたね油・すりごま・三温糖・ごま油	いちご・たまねぎ・にんじん・ 冷凍グリーンピース・えのきたけ・ きゅうり・みかん缶・黄桃缶	鳥がらだし・食塩(塩もみ用)・ 食酢・濃口しょうゆ
6	火	十六穀米ごはん 魚の竜田揚げ サラダ菜(7g) じゃがいものみそ汁	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク 黒糖豆乳ゼリー	牛乳・魚・厚揚げ・脱脂粉乳・ 粉寒天・豆乳・きな粉	せんべい・精白米・赤米・ 片栗粉・揚げ油・じゃがいも・ 黒砂糖	しょうが・オクラ・たまねぎ・ にんじん・青ねぎ	みりん・濃口しょうゆ・ 煮干しだし・米みそ・ 麦みそ
7	水	ロールパン(未満児用) ポークビーンズ マカロニとツナのサラダ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 七草がゆ	牛乳・プロセス・豚肉・ ゆでだいず・まぐろ油漬缶・ 鶏肉・油揚げ	ロールパン・植物油・ 黒砂糖・マカロニ・ マヨネーズ・精白米	たまねぎ・にんじん・ パセリ・トマト・ ビュレ・きゅうり・ 七草・はくさい・ だいこん	食塩・トマトケチャップ・ 白ワイン・ブイヨン・ ローリエ・食塩(塩もみ用)・ 煮干しだし・濃口しょうゆ
8	木	赤飯 魚の香味焼き ゆでいんげん(13g) かぼちゃとさつまいもの サラダ 清汁(かまぼこ) みかん(70g)	牛乳(未満児) スキムミルク 紅茶マフィン	牛乳・魚・かまぼこ・ 塩わかめ・脱脂粉乳・ 鶏卵	精白米・もち米・あずき・ 黒ごま・三温糖・ごま油・ さつまいも・マヨネーズ・ 小麦粉・バター・ 粉糖	青ねぎ・しょうが・にんにく・ さやいんげん・かぼちゃ・ ホルモンの缶・きゅうり・ にんじん・えのきたけ・ みかん	食塩・みりん・清酒・ 濃口しょうゆ・食塩(塩もみ用)・ かつお昆布だし・ 紅茶(茶葉)・ ベーキングパウダー
9	金	食パン(未満児用) チキンクリームシチュー トマト、豆腐、じゃこの ペーコンサラダ	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) いもぜんざい	牛乳・鶏もも・脱脂粉乳・ ペーコン・木綿豆腐・ しらす干し	食パン・植物油・ マカリン・小麦粉・ さつまいも・あずき・ 三温糖	みかん缶・かぶ・ たまねぎ・にんじん・ 冷凍グリーンピース・ トマト・ しそ葉・ レモン(汁使用)	鳥がらだし・ローリエ・ 食塩・濃口しょうゆ
10	土	親子うどん ヨーグルト(固形)	ウエハース7g(未満児) 豆乳 バナナ(75g) かりんとう	鶏肉・鶏卵・かまぼこ・ 加糖ヨーグルト・ 調整豆乳	ウエハース・干しうどん・ 植物油・かりんとう	たまねぎ・にんじん・ 青ねぎ・ バナナ	煮干し昆布だし・食塩・ みりん・濃口しょうゆ
26	月	麦ごはん(未満児用) ビーマンと豚肉のソース炒め 五目みそ汁	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク ベーコンドポテト	牛乳・豚肉・油揚げ・ 脱脂粉乳・ペーコン	せんべい・精白米・ 押麦・植物油・ 三温糖・片栗粉・ じゃがいも・ バター・ マヨネーズ	ビーマン・赤ビーマン・ 黄ビーマン・たまねぎ・ なす・ しめじ・ごぼう・ にんじん・ 青ねぎ	ウスターソース・清酒・ 濃口しょうゆ・ 煮干しだし・ 米みそ・ 麦みそ・ カレー粉
13	火	麦ごはん(未満児用) 肉豆腐 カリフラワーとブロッコリーのサラダ	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク みかん(100g) クッキー(15g)	牛乳・牛肉・厚揚げ・ ロースハム・ 脱脂粉乳	精白米・押麦・ 三温糖・ 植物油・ ごま油・ クッキー	もも缶・ たまねぎ・ にんじん・ 青ねぎ・ カリフラワー・ ブロッコリー・ みかん	濃口しょうゆ・ 清酒・ みりん・ 食塩・ 食酢
14	水	ぶどうパン(未満児用) 魚のマヨネーズ焼き 野菜スープ	牛乳(未満児) ハイアップ(缶)30g(未満児) スキムミルク ドーナツ(落とし入れ法) いりいりこ	牛乳・魚・ 粉チーズ・ 脱脂粉乳・ 鶏卵・ 煮干し	ぶどうパン・ パン粉・ 植物油・ マヨネーズ・ じゃがいも・ 小麦粉・ 三温糖・ 揚げ油・ 粉糖	ハイアップ缶・ パセリ・ たまねぎ・ マッシュルーム缶・ キャベツ・ にんじん・ セロリ	白ワイン・ 鳥がらだし・ 食塩・ 濃口しょうゆ・ ペーキングパウダー・ ベーキングソルト
15	木	味噌ラーメン ヨーグルト(固形)	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) スキムミルク ベーコンドポテト	牛乳・ 焼き豚・ 加糖ヨーグルト・ 脱脂粉乳・ ペーコン	中華めん・ すりごま・ ごま油・ じゃがいも・ バター・ 植物油・ マヨネーズ	みかん缶・ もやし・ にんじん・ 青ねぎ・ しょうが・ ビーマン	ガーリックパウダー・ 中華スープの素・ 食塩・ みりん・ 米みそ・ 濃口しょうゆ・ 鳥がらだし・ カレー粉
16	金	麦ごはん(未満児用) 清汁(白玉ふ・えのきたけ)(未満児用) 煮魚 ほうれんそうとひじきの和え物	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) 豆乳 肉万十 野菜こんぶ	牛乳・魚・ ひじき・ 調整豆乳・ 豚ひき肉・ 脱脂粉乳・ 野菜昆布	せんべい・ 精白米・ 押麦・ 白玉ふ・ 三温糖・ すりごま・ ごま油・ じゃがいも・ 植物油・ ホットケーキミックス	えのきたけ・ 青ねぎ・ しょうが・ にんじん・ ほうれんそう・ ホルモンの缶・ たまねぎ	煮干しだし・ 食塩・ 濃口しょうゆ・ みりん・ 清酒・ コンソメ
17	土	きのこのスープスパゲティ バナナ(75g)	ウエハース7g(未満児) 豆乳 丸ボーロ	ペーコン・ 脱脂粉乳・ 調整豆乳	ウエハース・ スパゲティ・ 植物油・ マカリン・ 小麦粉・ 丸ボーロ	えのきたけ・ たまねぎ・ しめじ・ にんじん・ パセリ・ バナナ	食塩・ コンソメ
21	水	ロールパン(未満児用) ポークビーンズ マカロニとツナのサラダ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) ホワイトミルク ぼんかん(70g) クラッカー(10g)	牛乳・プロセス・ 豚肉・ ゆでだいず・ まぐろ油漬缶・ 脱脂粉乳	ロールパン・ 植物油・ 黒砂糖・ マカロニ・ マヨネーズ・ クラッカー	たまねぎ・ にんじん・ パセリ・ トマト・ ビュレ・ きゅうり・ ぼんかん	食塩・ トマトケチャップ・ 白ワイン・ ブイヨン・ ローリエ・ 食塩(塩もみ用)・ 乳酸菌飲料(希釈)

区分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(レチノール当量:RE)(μ g)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
今月の平均栄養量	460	17.7	14.5	287	2.3	187	0.30	0.45	25	5.1	1.8
保育所(園)における給与栄養量の目標	470	15~23	10~15	220	2.3(~10)	200(~300)	0.25	0.30	20	3.5以上	1.9未満

2026年

1月 給食献立表

3歳未満児

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
19	月	麦ごはん(未満児用) がんもどきの中華風うま煮 かき玉汁	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク オレンジ(75g) ビスケット	牛乳・がんもどき・鶏卵・鶏肉・脱脂粉乳	精白米・押麦・植物油・ごま油・三温糖・片栗粉・ビスケット	もも缶・にんじん・ゆでたけのこ・セロリ・さやいんげん・乾しいたけ・たまねぎ・もやし・ほうれんそう・レタ	中華スープの素・食塩・濃口しょうゆ・清酒・しいたけだし・鳥がらだし
22	木	麦ごはん(未満児用) 清汁(白玉ふ・えのきたけ) 筑前煮(じゃがいも) 紅白なます	牛乳(未満児) パンアップル(缶)30g(未満児) スキムミルク 小松菜とブルーのマフィン	牛乳・鶏肉・厚揚げ・脱脂粉乳・豆乳	精白米・押麦・白玉ふ・じゃがいも・植物油・三温糖・すりごま・ポトケキックス	パンアップル缶・えのきたけ・青ねぎ・糸こんにゃく・にんじん・だいこん・れんこん・さやいんげん・乾しいたけ・かぶ・かき・干しブルー・こまつな	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・しいたけだし・みりん・食塩(塩もみ用)・食酢

【食材納入業者様】※敬称略

野菜・果物……………岩崎青果、松村商店
魚……………マキイ
肉類……………肉の山形屋

牛乳……………渡辺乳販
パン……………サイラー
缶詰・乾物・調味料ほか……………生野食品