

令和8年 1月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
* 今月の平均栄養量 *		 <p>今年も子どもたちの健やかな成長を願って、安全に配慮したおいしく・楽しい給食作りを目指します。 感染症が流行しやすい時期ですので、温かい食べ物で体を芯から温め、冬の遊びを存分に楽しみましょう。</p> 			
未満児	以上児				
エネルギー	471kcal	574kcal	1	2	3
たんぱく質	20g	24g			
脂質エネルギー比	31%	30%			
塩分	1.7g	2.2g			
					
5	6	7	8	9	10
年始休暇 	2・3号認定児始業日 ごはん みそ汁 豚の生姜焼き もやし中華和え 果物 ジャムスコーン 牛乳	ごはん 七草汁 アジフライ いんげんのごま和え バナナパンケーキ 牛乳	ソフトフランスパン 豆乳スープ 鶏肉オーロラソース フレンチサラダ 幼稚園牛乳 もちもち焼きおにぎり 麦茶	ハヤシライス 牛乳 ブロッコリーと卵のサラダ 果物 フルーチェ カルテツウエハース	鮭ごまごはん 餃子入り中華スープ ヨーグルト 菓子(黒糖かりんとう) 他 牛乳
12	13	14	15	16	17
成人の日 	キッズビビンバ 牛乳 キャベツのごま昆布和え 果物 ホットケーキ ミルクココア	ごはん みそ汁 レバーの唐揚げ スパゲティサラダ 果物 塩焼きそば 牛乳	醤油野菜ラーメン 洋風大学芋 果物 ごまラスク 牛乳	1号認定児始業日 わかめごはん かぼちゃ団子汁 鮭の西京焼き 野菜のうま煮 菓子(カルテツサブレ) 牛乳	ブラウンシチューライス 牛乳 チーズ フルーツミックス缶 菓子(まがりせんべい) 他 鉄分ジュース
19	20	21	22	23	24
ごはん みそ汁 揚げワタンの五目あんかけ きゅうりとかにの和え物	ごもく 五目うどん さつま芋のレモン煮 果物	のり納豆ごはん みそ汁 和風オムレツ きゅうりの中華和え	ひろしごはん みそ汁 鶏のつくね焼き 切干大根のサラダ 果物	ごはん 利休汁 サバの竜田揚げ 和風マカロニサラダ	アンパンマンカレーライス 野菜コンソメスープ チーズ フルーツミックス缶
ポテマヨピザ 牛乳	パウンドケーキ(保:ココア 効:チョコスプレー) 牛乳	鉄分ヨーグルト 菓子(A字ビスケット)	黒みつラスク 牛乳	原宿ドック 牛乳	菓子(ビスコ) 他 牛乳
26	27	28	29	30	31
中華丼 わかめスープ ほうれん草のナムル 果物	チキンカレーライス 牛乳 キャベツとひじきのサラダ チーズ	誕生会 ミートスパゲティ レタスのスープ ポテトサラダ 和梨ゼリー	サンドイッチ コンソメスープ かぼちゃのキッシュ ブロッコリーのサラダ 幼稚園牛乳	ごはん いも団子汁 白身魚のチーズフライ 炒り鶏	ハッシュドポークライス 牛乳 チーズ フルーツミックス缶
もちもち黒糖ドーナツ 牛乳	フルーツゼリー	コンフレーク 果物 牛乳	鶏そぼろおにぎり 麦茶	マシュマロビスケット 牛乳	菓子(バターサブレ) 鉄分ジュース