

2026年 01月 献立表 層食 園児食



QRコードを読みていただくと
本日のお弁当が見れます！
(食缶給食の場合は見れません)



★フレア給与栄養量★

●1~2歳児：エネルギー：285kcal
蛋白質：9.3g~14.3g
脂 質：6.3g~9.5g
食塩相当量：0.8~0.9g未満

●3~5歳児：エネルギー：390kcal
蛋白質：12.7g~21g
脂 質：8.7g~14g
食塩相当量：1.0g~1.1g未満

1月になりました。
みんなお正月に色々なごはん
食べたかな？おせちは食べた
かな？今年はどんな年になる
でしょうか。
色々なことに挑戦して、たく
さん食べて元気な体で今年一
年また過ごしましょね。



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日	3日
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
白飯120g ◎豆腐ハンバーグ ◎甘酢ソース ◎手作りボテトサラダ ◎赤りんご ◎切り干し大根の煮物 ◎リンゴ缶	白飯120g ◎どんかつ(牛) ◎ケチャップ ◎肉だんご ◎麻婆豆腐 ◎ピーフン炒 ◎白桃缶	白飯120g ◎たらのトマト煮込み ◎ブロッコリー ◎えびしうまい	白飯120g ◎鶏肉ケチャップ焼 ◎ピーチソース ◎三色ビーマンソーター ◎じゃが芋と鶏肉炒め ◎みかん缶	白飯120g ◎オムレツ ◎ケチャップ ◎肉だんご ◎コーンソーター ◎焼きうどん ◎黄桃缶	白飯120g ◎シチュー(主菜) ◎ブロッコリー ◎キャラビーパークリーの炒め物 ◎パイン缶	白飯120g ◎たらの照り焼き ◎動物高野煮 ◎にんじんグラッセ ◎和風スパゲティー ◎リンゴ缶
りんご・牛・鶏・豚・ゼラチン・卵 小麦・大豆	もち・小麦・乳・大豆・豚・鶏 ごま	豚・小麦・ごま・大豆・りんご	オレンジ・鶏・卵・小麦・えび・かに 大豆・豚・ゼラチン・りんご	もち・小麦・卵・大豆・乳・鶏 豚・りんご	鶏・卵・乳・大豆・豚・小麦	小麦・りんご・大豆・乳
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
白飯120g ◎若鶏から揚げ ◎赤りんご ◎ほうれん草のナムル ◎八宝菜 OEM ◎白桃缶	白飯120g ◎おやこ煮 ◎はなかまほこ ◎金平ごぼう ◎みかん缶	白飯120g ◎豚肉のチーズ焼き ◎白身魚フライ ◎タルタルソース ◎コーンソーター ◎キャベツと春雨の塩炒め ◎みかん缶	白飯120g ◎カレーハイの磯部揚げ ◎赤いひな ◎にんじんグラッセ ◎肉豆腐（肉野菜） ◎黄桃缶	白飯120g ◎鶏肉のカレー煮 ◎ブロッコリー(増) ◎ホテト炒め ◎パイン缶	白飯120g ◎豚肉の味噌焼 ◎はなかまほこ ◎キャラビーパークおかか炒め ◎えだまめ ◎リンゴ缶	白飯120g ◎白身魚フライ ◎タルタルソース ◎肉だんご ◎えだまめ ◎きのことマトスパゲティー ◎マンゴー缶
牛・鶏・豚・ゼラチン・小麦・大豆 もち・ごま	卵・小麦・オレンジ・鶏・大豆・ごま	オレンジ・大豆・豚・小麦・乳・ごま 鶏	牛・鶏・豚・ゼラチン・大豆・もち 小麦・乳・卵	鶏・大豆・小麦・乳	大豆・豚・卵・小麦・りんご	小麦・乳・大豆・鶏・豚
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
白飯120g ◎鶏肉の中華煮込 ◎赤りんご ◎三色ビーマンソーター ◎枝豆とトマトの玉子炒め ◎マンゴー缶	白飯120g ◎炒り芋子(コーン) ◎ケチャップ ◎コーンコロッケ ◎ブロッコリーS ◎ひじき炒め煮 ◎みかん缶	白飯120g ◎牛肉コロッケ ◎中濃ソース ◎赤いひな ◎にんじんグラッセ ◎ピーフン炒(ハム) ◎オレンジ	白飯120g ◎まさのりーん煮 ◎花形人参 ◎豆腐のカレーミート ◎パイン缶	白飯120g ◎ミニハンバーグ ◎動物高野煮 ◎ほうれん草のナムル ◎じゃが芋とコーンのマヨ焼き ◎リンゴ缶	白飯120g ◎チヂミカレー ◎ブロッコリー ◎キャラビーパーク ◎カニカマ磯部揚げ ◎コーンソーター ◎さーすらうどん ◎グレープフルーツ	白飯120g ◎大豆入りカレー ◎赤いひな ◎キャラビーパーク ◎マングー缶
鶏・卵・牛・豚・ゼラチン・大豆 小麦	小麦・大豆・オレンジ・卵・乳・鶏	オレンジ・卵・小麦・乳・牛・大豆 鶏・豚・ゼラチン・ごま	鶏・乳・大豆・小麦	小麦・乳・鶏・豚・りんご・大豆 ごま・卵	卵・小麦・大豆・豚・えび・かに 鶏	鶏・えび・大豆・小麦・乳・りんご
25日	26日	27日	28日★お正月メニューの日 節前煮★	29日	30日	31日
白飯120g ◎たら味噌焼き ◎バターロック ◎中濃ソース ◎コーンソーター ◎ツナバスター(ツナ・だいこん葉) ◎みかん缶	白飯120g ◎ごまさみカツ ◎えびしうまい ◎にんじんグラッセ ◎玉ねぎとビーマンのデミグラス煮 ◎黄桃缶	白飯120g ◎他人煮 ◎はなかまほこ ◎さつま揚げ炒め煮 ◎パイン缶	白飯120g ◎豚肉ケチャップ焼き(ポイル) ◎牛肉コロッケ ◎中濃ソース ◎ほうれん草のナムル ◎筑前煮(鶏肉) ◎オレンジ	白飯120g ◎たらの塩から揚げ ◎赤いひな ◎ブロッコリー ◎大豆の煮物 ◎マンゴー缶	白飯120g ◎鶏肉のチーズ焼き ◎揚げギョウザ ◎三色ビーマンソーター ◎野菜の炒め物 ◎みかん缶	白飯120g ◎豚肉のネギ塩焼き ◎コーンソーター ◎みかん缶
オレンジ・卵・小麦・乳・大豆	卵・小麦・えび・かに・大豆・鶏 豚・ゼラチン・もち・乳	大豆・卵・小麦・豚	鶏・オレンジ・豚・卵・小麦・乳 牛・大豆・ごま	大豆・牛・鶏・豚・ゼラチン・小麦 乳	小麦・乳・牛・大豆・鶏・豚 もち・りんご	オレンジ・大豆・豚・鶏・小麦

※お米は道産ななつぼしプレンド米を使用しています。