



献立表



2026年01月名倉幼稚園

(○は午後おやつ材料)

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
05 月	・スープスパゲティー ・かぼちゃのサラダ ・ゼリー(スプーン)	スパゲティー、マヨネーズ、砂糖、オリーブ油	ベーコン、ハム ○牛乳	果汁、かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、きゅうり、パプリカ、しめじ、コーン、かんてん、にんにく	○牛乳 ○動物ビスケット
06 火	・御飯 ・お好み焼き風玉子焼き ・切干大根の旨煮 ・麩のすまし汁 ・みかん缶(スプーン)	米、小麦粉、油、麩、砂糖	卵、豚ひき肉、油揚げ、かつお節 ○ヨーグルト	みかん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、切り干したいこん、あおのり ○いちご	○ヨーグルトあえ(いちご)
07 水	・ロールパン ・たらとほうれん草のチャウダー ・焼きかぼちゃ ・ゼリー(スプーン)	ロールパン、小麦粉、砂糖、オリーブ油、油 ○フライドポテト	たら、牛乳 	果汁、かぼちゃ、ねぎ、しめじ、ほうれんそう、かんてん	○フライドポテト
08 木	・とん汁うどん ・ちくわのごま炒め ・りんご	うどん、さつまいも、油、ごま、ごま油 ○砂糖	ちくわ、豚肉、みそ ○牛乳	りんご、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう、あおのり	○牛乳 ○プリン
09 金	・御飯 ・高野豆腐のふわふわ煮 ・さつまいものさくさく揚げ ・なすと人参のすまし汁	米、さつまいも、油、米粉 ○白玉粉、○片栗粉、○砂糖	卵、凍り豆腐 ○牛乳	にんじん、なす、えのきたけ、しいたけ、みつば	○牛乳 ○みたらし団子
10 土	・中華丼 ・パンサンスー ・豆腐スープ ・パイン缶(スプーン)	米、はるさめ、ごま油、片栗粉、砂糖	豆腐、豚肉 ○牛乳	パイナップル、はくさい、きゅうり、にんじん、ねぎ、し いたけ、たけのこ、きくらげ、しょうが、にんにく	○牛乳 ○せんべい
13 火	・御飯 ・スパニッシュオムレツ ・ピーンズサラダ(スプーン) ・トマトスープ	米、じゃがいも、マヨネーズ、油、砂糖 ○米粉、○砂糖、○油	卵、大豆、ハム、ウインナーソーセージ、牛乳、バター ○牛乳、○豆乳、○きな粉	たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、 コーン ○こまつな、○みかんジュース	○牛乳 ○野菜もち
14 水	・御飯 ・わかさぎのカレー揚げ ・ブロッコリーのごま酢あえ ・けんちん汁 ・ゼリー(スプーン)	米、砂糖、ごま、油、米粉、ごま油 ○麩、○グラニュー糖	豆腐、わかさぎ、ちくわ、油揚げ ○牛乳、○バター	果汁、だいこん、ブロッコリー、にんじん、ねぎ、ごぼ う、かんてん	○牛乳 ○麩のラスク
15 木	・御飯 ・ホイコーロー ・いとこ煮 ・麩のすまし汁	米、さつまいも、砂糖、麩 ○とうもろこし、○油	豚肉、小豆、みそ ○牛乳	キャベツ、にんじん、ピーマン、えのきたけ、ねぎ	○牛乳 ○ポップコーン(カレー)
16 金	・御飯 ・高野豆腐の揚げ出し(スプーン) ・小松菜のツナ酢あえ ・トマトの味噌汁	米、油、片栗粉 ○スパゲティー、○砂糖	凍り豆腐、卵、みそ、ツナ缶 ○牛乳、○きな粉	こまつな、もやし、にんじん、ホールトマト、しめじ、ね ぎ	○牛乳 ○マカロニきな粉
17 土	・ブルコギ丼(スプーン) ・白菜とツナのごま酢あえ ・中華スープ ・バナナ	砂糖、はるさめ、ごま、油、片栗粉、ごま油 ○白菜とツナのごま酢あえ	豚肉、ツナ缶、みそ ○牛乳	たまねぎ、はくさい、にんじん、バナナ、にら、チンゲン サイ、にんにく	○牛乳 ○芋けんぴ
19 月	・味噌バターコーンラーメン ・ブロッコリーと大豆のナムル(スプーン) ・小魚	中華めん、砂糖、ごま、ごま油、油 ○食パン、○マーガリン、○はちみつ	豚ひき肉、ハム、大豆、いわし、みそ、 バター ○牛乳	ほうれんそう、ブロッコリー、たまねぎ、もやし、ねぎ、 コーン、にんじん	○牛乳 ○ハニートースト
21 水	・御飯 ・カレイの野菜あんかけ(スプーン) ・ひじきとほうれん草のサラダ ・切り干し大根とかぼちゃのみそ汁 ・バナナ	米、小麦粉、マヨネーズ、ごま、片栗粉、砂糖 ○フライドポテト	かれい、みそ ○牛乳	ほうれんそう、かぼちゃ、バナナ、えのきたけ、にんじ ん、切り干したいこん、ひじき、いんげん	○牛乳 ○フライドポテト
22 木	・御飯 ・豚肉と切干大根のソース炒め ・ツナサラダ ・磯香汁	米、マヨネーズ ○砂糖	豚肉、豆腐、ツナ缶 ○牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、切り干したいこん、ブ ロッコリー、ねぎ、わかめ、あおのり	○牛乳 ○プリン
23 金	・御飯 ・凍り豆腐のクリーム煮(スプーン) ・ハムのピカタ ・みかん缶	米、小麦粉、油、片栗粉 ○片栗粉、○米粉、○マッシュポテト、○油	牛乳、卵、鶏肉、ハム、凍り豆腐、バ ター ○ワインナーソーセージ	みかん、チンゲンサイ、たまねぎ、エリンギ ○ほうれんそう	○ほうれん草ボンデケージョ
26 月	・ガーリックチャーハン(スプーン) ・はるさめサラダ ・青梗菜の卵スープ ・オレンジ	米、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ごま油 ○ホットケーキミックス、○黒砂糖、○油	卵、ベーコン ○牛乳 	オレンジ、きゅうり、にんじん、チンゲンサイ、たまね ぎ、ピーマン、コーン、にんにく	○牛乳 ○黒糖蒸しパン
27 火	・御飯 ・ツナの厚焼き卵 ・ひじき豆(スプーン) ・五目みそ汁	米、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、油 ○米粉、○砂糖、○油	卵、大豆、ツナ缶、油揚げ、みそ ○牛乳、○きな粉、○豆乳	かぼちゃ、だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごぼ う、いんげん、ひじき ○こまつな、○みかんジュース	○牛乳 ○野菜もち
28 水	・御飯 ・さけのちゃんちゃん焼き ・いとこ煮(スプーン) ・磯香汁	米、さつまいも、砂糖、油 ○麩、○グラニュー糖	さけ、豆腐、小豆、みそ、バター ○牛乳、○バター	キャベツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、ねぎ、わかめ	○牛乳 ○麩のラスク
29 木	・カレーライス(スプーン) ・小魚 ・野菜ジュース	米、じゃがいも、米粉、油、砂糖 ○とうもろこし、○油	豚肉、いわし ○牛乳	野菜ミックスジュース、たまねぎ、にんじん、りんご、に んにく、しょうが	○牛乳 ○ポップコーン(カレー)
30 金	・御飯 ・凍り豆腐の煮物 ・野菜てんぶら ・小松菜とわかめのみそ汁	米、さつまいも、小麦粉、油、砂糖 ○スパゲティー、○砂糖	凍り豆腐、卵、油揚げ、みそ ○牛乳、○きな粉	れんこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、しめじ、い んげん、わかめ	○牛乳 ○マカロニきな粉
31 土	・御飯 ・おでん ・トマトのツナ和え ・りんご	米、こんにゃく、じゃがいも、砂糖	卵、生揚げ、はんぺん、ウインナーソー セージ、ツナ缶 ○牛乳	だいこん、トマト、りんご、きゅうり 	○牛乳 ○芋けんぴ

お誕生日会

20 火	・御飯 ・煮込みミートローフ ・粉ふき芋 ・ボイル人参 ・コーン ・トマトとボイルブロッコリー ・オニオンスープ ・パパロア(スプーン)	米、じゃがいも、砂糖、パン粉、マヨネーズ ○じゃがいも 	牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、生クリー ム、卵、ゼラチン ○牛乳	たまねぎ、にんじん、いちご、ブロッコリー、トマト、 コーン、トマトピューレ、パセリ 	○牛乳 ○野菜スティック
---------	---	------------------------------------	--------------------------------------	--	---------------------

1月24日(土)パン給食か家庭弁当かお選びください