



1月献立表



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

2026年

日	曜日	朝	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	木	● ● ● ● ● ●		元旦	● ● ● ● ● ●	
2	金	● ● ● ● ● ●		年始休み	● ● ● ● ● ●	
3	土	● ● ● ● ● ●		年始休み	● ● ● ● ● ●	
5	月	パン、冬野菜のシチュー、ブロッコリーのサラダ、バナナ	ホパイケーキ、牛乳	鶏もも肉、牛乳、ハム(卵・乳不使用、無調整豆乳、牛乳	ロールパン、じゃがいも、油、食塩不使用バター、小麦粉、片栗粉、三温糖、B.P.、すりごま白	白菜、たまねぎ、人参、ブロッコリー、コーン缶、バナナ、ほうれん草
6	火	七草ジューシー、赤魚の煮つけ、きんぴらごぼう、ソーメン汁、たんかん	納豆みそおにぎり、牛乳	鶏もも肉、赤魚、豚小間、削り節、ひきわり納豆、豚ひき肉、花かつお、牛乳	白米、三温糖、油、すりごま白、そうめん	よもぎ、しいたけ、かんだばー、からし、春菊、大根生姜、ごぼう、人参、カットワカメ、ネギ、たんかん、長ネギ
7	水	麦ごはん、豆腐のすき焼き風煮、じゃが芋と玉ねぎのみそ汁、りんご	小松菜のボテトおやき風、牛乳	沖縄豆腐、牛肉肩ロース、削り節、みそ、牛乳	白米、押麦、油、こんにゃく、しらたき、三温糖、じゃがいも、片栗粉	白菜、春菊、人参、長ネギ、生しいたけ、たまねぎ、ネギ、りんご、じゃが芋、小松菜
8	木	お弁当会	ちんびん、牛乳	卵、牛乳	小麦粉、B.P.、粉黒糖、油	
9	金	ご飯、魚のオランダ揚げ、五食和え、かほらやどえのきのみそ汁、バナナ	いなり寿司、牛乳	白身魚、粉チーズ、無調整豆乳、花かつお、削り節、みそ、いなりの皮、牛乳	白米、小麦粉、炒め油、三温糖、白いりごま	人参、バセリ、小松菜、もやし、しめじ、コーン缶、かほらや、えのき、バナナ
10	土	栄養満点丼、なめこと豆腐のみそ汁、大根ツナ和え	麸菓子、牛乳	鶏ひき肉、絹ごし豆腐、削り節、みそ、ツナ水煮缶、牛乳	白米、油、三温糖、麸菓子	たまねぎ、ビーマン、えのき、人参、なめこ、にら、大根、大葉、
12	月	＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊		成人の日	＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊	
13	火	もずく丼、ゆし豆腐、白菜のレモン和え、バナナ	紅芋のパイン入りマッシュ、牛乳	豚ひき肉、ゆし豆腐、削り節、牛乳	白米、ごま油、三温糖、片栗粉	もずく、ビーマン、コーン缶、人参、ネギ、白菜、レモン汁、バナナ、紅イモ、パイン缶
14	水	妻ごはん、鶏肉のみぞ焼き、切り干し大根の煮物、ほうれん草と麸のすまし汁、りんご	ツナマヨおにぎり、牛乳	鶏もも肉、みそ、油揚げ、削り節、ツナ水煮缶、牛乳	白米、押麦、三温糖、油、麸、マヨドレ	トマト、切干したいこん、人参、ほうれんそう、りんご、焼きのり
15	木	きびごはん、白身魚のチーズ焼き、小松菜のおか和え、キャベツのみそ汁、みかん	バナナ豆乳マフィン、牛乳	白身魚、花かつお、油揚げ、削り節、みそ、卵、無調整豆乳、牛乳	白米、もちきび、マヨドレ、パン粉、小麦粉、B.P.、粉黒糖、食塩不使用バター	たまねぎ、赤バブリカ、小松菜、人参、キャベツ、みかん
16	金	沖縄そば、おからサラダ、かぼちゃの天ぷら、りんご	おかかおにぎり、牛乳	豚バラ肉、卵、生おから、ツナ水煮缶、花かつお、牛乳	沖縄そば、三温糖、油、マヨドレ、小麦粉、白いりごま	しょうが、ネギ、きゅうり、コーン缶、トマト、かほらや、りんご
17	土	スパゲッティナポリタン、ツナと白菜のスープ、さつまいも煮	13時降園	ワインナーソーセージ（卵・乳不使用、粉チーズ、ツナ水煮缶、削り節	スパゲッティ、オリーブ油、片栗粉、さつまいも	人参、たまねぎ、トマト、ビーマン、白菜
19	月	麦ごはん、酢鶏、きゅうりと大根のナムル、春雨スープ、オレンジ	梅おにぎり、牛乳	鶏もも肉、牛乳	白米、押麦、片栗粉、三温糖、ごま油、はるさめ 普通はるさめ乾	ビーマン、人参、玉葱、生しいたけ、パイン缶、きゅうり、大根、もしや、チングンサイ、えのき、オレンジ、鶏肉、焼のり
20	火	わかめごはん、魚の西京焼き、力の和え物、アーサ汁、バナナ	パンフキンサラダサンド、牛乳	鮭、白味噌、ツナ水煮缶、木綿豆腐、かつお節、牛乳	白米、ごま、いり、三温糖、すりごま白、ごま油、食パン、マヨドレ	カットワカメ、人参、ほうれんそう、あおさ、バナナ、かほらや、きゅうり
21	水	ご飯、豆腐ハンバーグ、マカロニサラダ、野菜スープ、オレンジ	黒糖くずもち、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、卵、牛乳、ツナ水煮缶、鶏ひき肉、きな粉、牛乳	白米、油、パン粉、三温糖、片栗粉、マカロニ、マヨドレ、粉黒糖、芋すり、タピオカ粉	(乾)ひじき、たまねぎ、人参、きゅうり、キャベツ、ゼリオ、オレンジ
22	木	ご飯、白身魚のカレーモニエル、かぼちゃのそぼろ煮、鶏ごぼうスープ、大芋字	桜えびと青菜のおにぎり、牛乳	白身魚、豚ひき肉、鶏ひき肉、削り節、桜エビ、牛乳	白米、小麦粉、油、三温糖、さつまいも、揚げ油、黒ごま、ごま油	かぼらや、たまねぎ、グリンピース、しょうが、ごぼう、ほうれんそう、人参、小松菜
23	金	きびごはん、ヤニニヨムチキン、白菜の和え物、キャベツのみそ汁、オレンジ	麸のきなこラスク、牛乳	鶏もも肉、油揚げ、削り節、みそ、きな粉、牛乳	白米、もちきび、三温糖、白いりごま、麸、食塩不使用バター	にんにく、白菜、人参、いんげん、しめじ、キャベツ、オレンジ
24	土	マー婆丼、わかめスープ、オレンジ	ほたほた焼き、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、削り節、牛乳	白米、ごま油、三温糖、片栗粉、白いりごま	人参、長ネギ、カットワカメ、たまねぎ、オレンジ
26	月	カレーライス、トマトのサラダ、ジュリアンスープ、フルーツヨーグルト	オレンジゼリー、牛乳	豚肉、豚レバー、ヨーグルト、牛乳	白米、押麦、じゃがいも、食塩不使用バター、油、小麦粉、白いりごま、オレンジジュース	にんにく、玉葱、人参、トマト、きゅうり、カットワカメ、キャベツ、人参、バナナ、みかん缶、パイン缶
27	火	きびごはん、鮭の風味焼き、データニアリチー、じゃが芋と青菜のみそ汁、りんご	じゃこひじきおにぎり、牛乳	鮭、豚肩ロース、削り節、みそ、鰯節、しらす干し、牛乳	白米、もちきび、油、じゃがいも、押し麦、白いりごま	しょうが、青のり、大根、人参、いんげん、小松菜、りんご、ひじき
28	水	ホットドッグ、チリコンカン、ブロッコリーのスープ、オレンジ	♡お誕生日会♡ 誕生日ケーキ、牛乳	ワインナーソーセージ（卵・乳不使用、卵、大豆水煮缶、牛ひき肉、ベーコン（卵・乳不使用、卵	ロールパン、干はとむぎ、オリーブ油、三温糖、食塩不使用バター、ホイップクリーム、生クリームショア	レッド・キドニー缶、玉葱、にんにく、ホールトマト缶、ブロッコリースのき、オレンジ、ブルーベリー、苺
29	木	ご飯、魚のトマトソースかけ、チングン菜のじきのこま和え、豆乳クリームスープ、りんご	焼き芋、牛乳	白身魚、無調整豆乳、牛乳	白米、小麦粉、油、食塩不使用バター、三温糖、白いりごま、ごま油	にんにく、生姜、玉葱、ホールトマト缶、チングン菜、人参、乾ひじき、クリームコーン缶、りんご、さつまいも
30	金	しょうゆラーメン、竹輪の磯辯揚げ、インゲン炒め、バナナ	鶏おこわおにぎり、牛乳	豚小間、卵なし竹輪、ツナ水煮缶、鶏もも肉、牛乳	生中華めん、ごま油、小麦粉、揚げ油、油、もち米、	たまねぎ、ホールコーン缶、カットワカメ、大根、もやし、青のり、いんげん、人参、バナナ、しいたけ、ごぼう
31	土	こぎつね丼、ブロッコリーのゴマみそ和え、すまし汁	ごまスティック、牛乳	鶏ひき肉、油揚げ、みそ、削り節	胚芽米、油、三温糖、マヨドレ、ごま油、すりごま白、ごまステック	しょうが、ブロッコリー、人参、カットワカメ、大根

*献立は都合により変更することがあります

*毎月第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくお願いします。



1月離乳食献立表（後期）



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

2026年

日	曜日	朝	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	木	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀		元旦	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀	
2	金	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀		年始休み	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀	
3	土	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀		年始休み	❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀	
5	月	7~5分粥、ささみと冬野菜のやわらか煮、バナナ	ほうれん草と豆乳のおじや	鶏ささみ	7~5分粥、じゃがいも、片栗粉	白菜、たまねぎ、人参、バナナ
6	火	ハンダマ粥、赤魚と野菜のやわらか煮、ソーメン汁、たんかん	納豆と島人参のおじや	赤魚	7~5分粥、片栗粉、そうめん	大根、ごぼう、たんかん
7	水	7~5分粥、豆腐と白菜のやわらか煮、じゃが芋と玉ねぎのみぞ汁、りんご煮	小松菜とじゃが芋のおじや	沖縄豆腐、みそ	7~5分粥、じゃがいも	白菜、人参、たまねぎ、りんご
8	木	7~5分粥、しらすとじゃがいものやわらか煮、野菜スープ、バナナ	かぼちゃのおかか粥	しらす干し	7~5分粥、じゃがいも、片栗粉	人参、たまねぎ、いんげん、バナナ
9	金	7~5分粥、白身魚と小松菜の豆乳煮、かぼちゃとえのきのみぞ汁、バナナ	おかかと野菜のおじや	白身魚、無調整豆乳、みそ	7~5分粥、片栗粉	小松菜、コーン缶、かぼちゃ、えのき、バナナ
10	土	ひき肉と野菜のあんかけ丼、なめこと豆腐のみぞ汁	ツナと大根のおじや	鶏ひき肉、絹ごし豆腐、みそ	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、人参、ビーマン、えのき、なめこ、にら
12	月	＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊		成人の日	＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊	
13	火	もずく丌風、ゆし豆腐、バナナ	紅芋粥	鶏ひき肉、ゆし豆腐	7~5分粥、片栗粉	もずく、ビーマン、人参、コーン缶、バナナ
14	水	7~5分粥、ささみとトマトのくたくた煮、ほうれん草と麸のすまし汁、りんご煮	ツナと人参のおじや	鶏ささみ	7~5分粥、片栗粉、麸	トマト、ほうれんそう、りんご
15	木	7~5分粥、白身魚と野菜のやわらか煮、キャベツのみぞ汁、みかん	豆乳野菜粥、バナナ	白身魚、みそ	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、赤パブリカ、キャベツ、みかん
16	金	7~5分粥、おからと野菜のくたくた煮、かぼちゃのマッシュ、りんご煮	おかかきゅうり粥	生おから、ツナ水煮缶、調製粉乳	7~5分粥、	コーン缶、トマト、かぼちゃ、りんご
17	土	7~5分粥、鶏ひき肉と野菜のくたくた煮、ツナと白菜のスープ	13時降園	鶏ひき肉、ツナ水煮缶	7~5分粥、片栗粉	人参、たまねぎ、ビーマン、白菜
19	月	7~5分粥、ささみの野菜あん煮、春雨スープ、オレンジ	野菜のおじや	鶏ささみ	7~5分粥、片栗粉、はるさめ普通はるさめ乾	ビーマン、たまねぎ、人参、チンゲンサイ、えのき、オレンジ
20	火	わかめ粥、鮭とかぶのくたくた煮、アーサ汁、バナナ	ツナとほうれん草のおじや、かぼちゃのマッシュ	鮭、沖縄豆腐	7~5分粥、片栗粉	カットワカメ、あおさ、バナナ
21	水	7~5分粥、豆腐のひき肉野菜あんかけ、野菜スープ、オレンジ	ツナと人参のおじや、いちご	木綿豆腐、鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	(乾)ひじき、たまねぎ、キャベツ、人参、セロリ、オレンジ
22	木	7~5分粥、白身魚とかぼちゃのくたくた煮、鶏ごぼうスープ、さつま芋マッシュ	青葉粥	白身魚、鶏ひき肉、調製粉乳	7~5分粥、片栗粉、さつまいも	かぼちゃ、ごぼう、ほうれんそう、人参
23	金	7~5分粥、ささみと白菜のくたくた煮、キャベツのみぞ汁、オレンジ	麸と野菜のおじや	鶏ささみ、みそ	7~5分粥、片栗粉	白菜、キャベツ、しめじ、オレンジ
24	土	豆腐のひき肉あんかけ丼、わかめスープ、オレンジ	人参粥	木綿豆腐、鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	長ネギ、カットワカメ、たまねぎ、オレンジ
26	月	7~5分粥、レバーと野菜のやわらか煮、野菜スープ、バナナヨーグルト	じゃことトマトのおじや	豚レバー、ヨーグルト	7~5分粥、じゃがいも、片栗粉	にんじん、たまねぎ、キャベツ、人参、バナナ
27	火	穀風味粥、鮭と大根のやわらか煮、じゃが芋と青菜のみぞ汁、りんご煮	しらすと野菜のおじや	鮭、みそ	7~5分粥、じゃがいも	青のり、大根、いんげん、小松菜、りんご
28	水	7~5分粥、大豆と野菜のやわらか煮、プロッコリーのスープ、オレンジ	きなこ粥、いちご	大豆水煮缶、鶏ささ身（挽肉）	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、ホールトマト缶、プロッコリー、えのき、オレンジ
29	木	7~5分粥、白身魚のトマト煮、豆乳クリーミースープ、りんご煮	青菜とお芋のおじや	白身魚、無調整豆乳	7~5分粥、片栗粉	たまねぎ、ホールトマト缶、クリーミーコーン缶、りんご
30	金	7~5分粥、ツナと野菜のやわらか煮、いんげんスープ、バナナヨーグルト	根菜のおじや	ツナ水煮缶	7~5分粥、	たまねぎ、ホールコーン缶、もしやし、いんげん、人参、カットワカメ、バナナ
31	土	鶏ひき肉と人参のあんかけ丼、大根のスープ	プロッコリー粥	鶏ひき肉	7~5分粥、片栗粉	人参、カットワカメ、大根

*献立は都合により変更することがあります。

*基本的には中期→だし汁、後期→だし汁と醤油で味付けをしています。

