



1月献立表



社会福祉法人 明秀福祉社会
さつき認定こども園

2026年

日	曜日	昼	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	ポパイケーキ、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	七草ジュース、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、かんたばー、からし、な、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	小松菜のポテトおやき風、牛乳	沖縄豆腐、牛肉肩ロース、削り節、みそ、牛乳	白米、押麦、油、こんにやく、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、かぼちゃとえのきのみそ汁、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、いなり皮、牛乳	白米、小麦粉、炒め油、三温糖、白いりごま	人参、パセリ、小松菜、もやし、しめじ、コーン缶、かぼちゃ、えのき、バナナ
10	土	栄養満点丼、なめこ豆腐のみそ汁、大根ツナ和え	麩菓子、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、麩菓子	たまねぎ、ピーマン、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	紅芋のバイン入りマッシュ、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、ピーマン、コーン缶、人参、ネギ、白菜、レモン汁、バナナ、紅イモ、バイン缶
14	水	麦ごはん、鶏肉のみそ焼き、切り干し大根の煮物、ほうれん草と麩のすまし汁、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、麩、マヨドレ	トマト、切干しだいこん、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、赤パプリカ、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、かぼちゃ、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、さつま芋煮	13時降園	ウ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、ピーマン、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	ピーマン、人参、玉葱、生しいたけ、バイン缶、きゅうり、大根、もやし、チンゲンサイ、えのき、オレンジ、梅肉、焼きのり
20	火	わかめごはん、魚の西京焼き、カブの和え物、アサ汁、バナナ	パンパンキンザラダサンド、牛乳	鮭、白味噌、ツナ水煮缶、木綿豆腐、かつお節、牛乳	白米、ごま油、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、かぼちゃ、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、手くず、タピオカ粉	(乾) ひじき、たまねぎ、人参、きゅうり、キャベツ、セロリ、オレンジ
22	木	ご飯、白身魚のカレームニエル、かぼちゃのそぼろ煮、鶏ごぼうスープ、大学芋	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	かぼちゃ、たまねぎ、グリーンピース、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、ヤンニョムチキン、白菜の和え物、キャベツのみそ汁、オレンジ	麩のきなこラスク、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、麩、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	マーボ丼、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、バイン缶
27	火	きびごはん、鮭の風味焼き、デークニイリチー、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、鰹節、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	ウ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、ジョア	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、えのき、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、チンゲン菜とひじきのごま和え、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、チンゲン菜、人参、乾ひじき、クリームコーン缶、りんご、さつま芋
30	金	しょうゆラーメン、竹輪の磯辺揚げ、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、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。



2026年



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

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	カや熱となる（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そ汁、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そ汁、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、なめごと豆腐のみそ汁	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、ピーマン、えのき、なめごと、にら
12	月	成人の日				
13	火	もずく丼風、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、ピーマン、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、ほうれん草と鮎のすまし汁、りんご煮	ツナと人参のおじや	鶏ささみ	7～5分粥、片栗粉、麩	トマト、ほうれん草、りんご
15	木	7～5分粥、白身魚と野菜のやわらか煮、キャベツのみそ汁、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、赤パプリカ、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、ピーマン、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	ピーマン、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	青菜粥	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、ほうれん草、人参
23	金	7～5分粥、ささみと白菜のくたくた煮、キャベツのみそ汁、オレンジ	鮭と野菜のおじや	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	じゃごとトマトのおじや	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	磯風味粥、鮭と大根のやわらか煮、じゃが芋と青菜のみそ汁、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、ブ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、ブロッコリー、えのき、オレンジ
29	木	7～5分粥、白身魚のトマト煮、豆乳クリームスープ、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、クリームコーン缶、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	ブロッコリー粥	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。

