

2026年 令和 8年

1月

予定献立

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
5	月	カレーライス ワカメスープ 果物	豚肉 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 小麦粉 油 バター ごま ぶ	にんじん たまねぎ セロリ ピーマン わかめ りんご	保育乳 黒糖ちんすこう	
6	火	黒米ごはん 魚天ぷら きんぴらごぼう イナムドウチ 果物	白身魚 豚肉 かまぼこ 卵 牛乳	米 黒米 小麦粉 油 三温糖 ごま バター オートミール	あおのり ごぼう にんじん 乾しいたけ こんにゃく ねぎ みかん	保育乳 オートミールケーキ	
7	水	(七草)ウチナー七草ぞうすい チキンみそ焼き ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	豚肉 鶏肉 ベーコン きなこ ヨーグルト 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま マヨネーズ パン 油	だいこん にんじん ほうれんそう ブロッコリー マッシュルーム缶 コーン缶 みかんももパイン缶	保育乳 卵サンド	
8	木	おべんとう会					保育乳 くずもち
9	金	ごはん 肉豆腐 納豆きゅうり和え ワカメのみそ汁 果物	豚肉 豆腐 納豆 牛乳	米 あわ 砂糖 油 ぶ ごま さつまいも	はくさい たまねぎ にんじん えのき ほうれんそう きゅうり わかめ みかん	保育乳 大学芋	
10	土	ナポリタンスパゲティ ブロッコリーみそマヨ和え えのきスープ 果物	豚肉 豆腐 しらす 牛乳	スパゲッティ 油 マヨネーズ ごま 米	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン マッシュルーム缶 えのき ブロッコリー ねぎ パナナ	保育乳 カステラ(市販)	
12	月	成人の日 (休園)					
13	火	中華丼 ブロッコリーじゃこ和え 豆腐とワカメのみそ汁 果物	豚肉 しらす 豆腐 脱脂粉乳 卵 チーズ 牛乳	米 片栗粉 ごま 砂糖小麦粉バター ホットケーキMix	はくさい にんじん たまねぎ チンゲンサイ ブロッコリー わかめ ねぎ みかん	保育乳 チーズスコーン	
14	水	ごはん さばのレモンソース 春雨炒め 大根ときのこのみそ汁 果物	さば 豚ひき肉 卵 牛乳	米 玄米 片栗粉 三温糖 春雨 じゃが芋 小麦粉 パン粉 油	キャベツ にんじん もやし ピーマン だいこん えのき ねぎ たまねぎ りんご	保育乳 アメリカンドッグ	
15	木	三枚肉そば ナムル 田芋でんがく 果物	三枚肉 かまぼこ ツナ缶 豆乳	沖縄そば 砂糖 ごま 田芋 米	ねぎ もやし こまつな にんじん みかん のり	保育乳 ミルクトースト	
16	金	ごはん きびなご南蛮漬け フーイリチー ゆし豆腐 果物	きびなご ツナ缶 卵 ゆし豆腐 脱脂粉乳 牛乳	米 あわ 片栗粉 油 砂糖 車ふ パン バター	にんじん もやし キャベツ ピーマン ねぎ パナナ	保育乳 ふのきなこラスク	
17	土	肉うどん さつま芋のバター煮 果物	豚肉 豆腐 ツナ缶 牛乳	うどん 油 片栗粉 さつまいも バター 砂糖 米 ごま	たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ ねぎ パナナ	保育乳 菓子、チーズ	
19	月	ごはん 大根と豚肉のみそ煮 納豆和え そうめん汁 果物	豚肉 納豆 卵 牛乳	米 あわ 油 ごま 砂糖 そうめん 小麦粉 バター	だいこん にんじん ブロッコリー こんにゃく こまつな ねぎ みかん	保育乳 ごまクッキー	
20	火	ごはん きびなごのカレー揚げ ひじきの煮物 白菜の豚汁 果物	きびなご ちくわ 油揚げ 豚肉 卵 チーズ 牛乳	米 雑穀 片栗粉 油 砂糖 小麦粉	ひじき にんじん なら こんにゃく たまねぎ はくさい ねぎ ほうれんそう パナナ	保育乳 チンピン	
21	水	ハヤシライス ひじきのマヨネーズサラダ チンゲン菜スープ 果物	牛肉 牛乳	米 じゃがいも 小麦粉 油 マヨネーズ ぶ	にんじん たまねぎ セロリりんげん マッシュルーム缶 ひじき 胡瓜 コーン缶 チンゲン菜 りんご	保育乳 あんぱん	
22	木	(お誕生会)ふりかけごはん ヒレカツ ゆでブロッコリー パパイアごま和え 白菜スープ ヨーグルト	ぶたヒレ 卵 ヨーグルト 牛乳	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 ごま ホットケーキMix 砂糖 バター	ブロッコリー パパイア きゅうり にんじん はくさい たまねぎ	保育乳 誕生ケーキ	
23	金	ごはん 厚揚げの煮付け 糸こんにゃく野菜炒め 魚汁 果物	生揚げ 豚肉 白身魚 牛乳	米 あわ 油 さつまいも	キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく ピーマン だいこん ねぎ みかん	保育乳 ふかし芋	
24	土						保育乳 スナックパン
26	月	肉みそ丼 白菜おかか和え 春雨スープ 果物	豚ひき肉 煮干し 牛乳	米 油 砂糖 春雨 じゃがいも ごま	しょうが たまねぎ にんじん しめじ ピーマン はくさい えのき わかめ みかん あおのり	保育乳 フライドポテト カリカリ煮干し	
27	火	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き クーブイリチー 冬瓜と小松菜のみそ汁 果物	さけ 豚肉 卵 牛乳	米 玄米 油 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 バター	コーン缶 パセリ 昆布 乾しいたけ にんじん とうがん こまつな りんご かぼちゃ レーズン	保育乳 りんごケーキ	
28	水	ふりかけごはん 豆腐チャンプルー もずくの酢の物 ソーキ汁 果	豆腐 ツナ缶 豚ソーキ 牛乳 クリームチーズ	米 押麦 油 砂糖 パン	キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン もずく きゅうり だいこん レタス パナナ	保育乳 ジャムサンド	
29	木	カレーうどん 厚揚げの煮付け ホウレン草ごま和え 果物	豚肉 生揚げ ちくわ 鶏肉 豆乳	うどん じゃがいも 油 砂糖 ごま 米	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう もやし 乾しいたけ みかん	保育乳 じゅうしいおにぎり	
30	金	ごはん 豆腐ハンバーグ ブロッコリー 人參シシリ じゃが芋みそ汁 果物	豚ひき肉 豆腐 卵 油揚げ きなこ 牛乳	米 あわ 片栗粉 油 じゃがいも砂糖 いもぐず タピオカ	ブロッコリー にんじん たまねぎ なら わかめ ねぎ りんご	保育乳 パンピング	
31	土	スープかけごはん かぼちゃチーズサラダ 果物	豚肉 卵 チーズ きなこ 牛乳	米 砂糖 油 ごま じゃがいも バター マヨネーズ	こまつな かぼちゃ きゅうり パナナ	保育乳 菓子、ミニゼリー	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。