

令和8年

1月 給食献立表

福田こども園

実施日	曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食 (ひよこ・たんぽぽ ・ひまわり組)	3時おやつ	材料と体内での働き		
						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
5 19	月	お茶 せんべい	チキンカレー 大根サラダ 一口ゼリー		お茶 クッキー	せんべい、じゃがいも カレールウ、一口ゼリー	牛乳、鶏肉、大豆 ちりめん	人参、玉ねぎ、大根 グリンピース、キャベツ
		牛乳 せんべい			牛乳 クッキー	砂糖、小麦粉、バター		
6 20	火	牛乳 乳ポーロ	高野豆腐の五目煮 小松菜とツナのあえもの キウイ		牛乳 菓子・チーズ	乳ポーロ、菓子、砂糖 じゃがいも	牛乳、チーズ、鶏肉 高野豆腐、ツナ	人参、玉ねぎ、小松菜 干ししいたけ、もやし グリンピース、キウイ
7 21	水	牛乳 おふうラスク	食パン 花野菜のシチュー グリーンサラダ	トマト	お茶 七草粥	おふ、グラニュー糖 バター、じゃがいも	牛乳、鶏肉	人参、玉ねぎ、白菜 カリフラワー、ブロッコリー キャベツ、きゅうり、かぶ トマト、七草
					お茶 おにぎり	シチューの素、砂糖 食パン		
8 22	木	牛乳 コーンフレーク	鶏肉の竜田揚げ れんこんのきんぴら いよかん		牛乳 ベジータケーキ	コーンフレーク、じゃがいも ごま、砂糖、小麦粉 バター、	牛乳、鶏肉、ちくわ スキムミルク	しょうが、人参、れんこん こんにゃく、ピーマン いよかん
9 23	金	牛乳 ウェハース	ぶりの照り焼き 白菜のごま酢あえ かぶのみそ汁		牛乳 お好み焼き	ウェハース、砂糖、ごま 小麦粉、山芋	牛乳、鰯、厚揚げ みそ、豆腐、ちくわ スキムミルク、昆布	白菜、小松菜、わかめ 人参、玉ねぎ、かぶ かぶの葉、キャベツ
10 24	土	お茶 ビスケット	五目みそうどん 青菜の磯あえ		お茶 菓子	ピスケット、菓子 うどん	豚肉、油揚げ みそ、塩昆布	人参、大根、ごぼう しめじ、ねぎ、小松菜 もやし
26	月	牛乳 バナナ	松風焼き ブロッコリーの塩ゆで のっつい汁		牛乳 マーラーカオ	パン粉、砂糖、ごま 里芋、小麦粉	牛乳、鶏ひき肉 豚ひき肉、厚揚げ みそ、青のり粉 ちくわ、卵、練乳	バナナ、人参、玉ねぎ ブロッコリー、大根 えのき、ねぎ、レーズン
13 27	火	牛乳 せんべい	煮しめ 青菜のしらすあえ みかん	ひじきごはん	牛乳 おしるこ	せんべい、里芋 砂糖、ごま、白玉粉	牛乳、鶏肉、ちくわ ちりめん、油揚げ	人参、レンコン、ごぼう こんにゃく、干ししいたけ さやいんげん、小松菜 もやし、みかん
					牛乳 ごまじやこトースト マヨネーズ	こしあん、食パン マヨネーズ	青のり粉、ひじき	
14 28	水	牛乳 ピスコ	鰯のかレー風味揚げ 七草入りごまあえ 手作りふりかけ		牛乳 ふかし芋	ピスコ、ごま さつまいも	牛乳、鰯、小魚 青のり粉	人参、ほうれん草 白菜、かぶ かぶの葉、大根
15 29	木	牛乳 ウェハース	八宝麵 焼きポテト りんご		牛乳 黒豆蒸しパン	ウェハース、中華麵 じゃがいも、小麦粉 砂糖	牛乳、豚肉、えび 黒豆、ちくわ、豆乳	人参、白菜、玉ねぎ たけのこ、チンゲン菜 きくらげ、りんご
16 30	金	牛乳 ピスケット	鶏肉のごまみそ焼き 切干大根の酢のもの 納豆		牛乳 菓子・昆布	ピスケット、菓子、砂糖 ごま	牛乳、鶏肉、みそ 納豆、かつお節 もみのり、昆布	切干大根、人参 きゅうり、ねぎ
17 31	土	お茶 ミニドーナツ	クッパ 華風あえ		お茶 菓子	ミニドーナツ、菓子 砂糖	牛肉	人参、玉ねぎ、ニラ きくらげ、しいたけ キャベツ、きゅうり もやし

★9日(金) 誕生会特別献立
3時のおやつ 赤飯、ぶりの照り焼き、七福なます、すまし汁、紅白かまぼこ、黒豆、みかん
さつまいもとりんごのきんとん

★24日(土) 給食試食会 高野豆腐のオランダ煮、野菜とちりめんの酢の物、ひじきふりかけ

7日(水)の3時のおやつの「七草粥」のお米と、9日(金)の給食の
「黒豆」は、年長組が育てて収穫したものが入っていますよ！

