

2026年01月

献立表

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事	短時部 給食提供 有無
		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	調味料				
05月	全園児弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ	水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ		冬休み
06月	豆腐ハンバーグ ●いんげんサラダ ㊦卵(青じそ味) ほうれん草スープ	米、砂糖、パン粉	豚ひき肉、絹ごし豆腐、 ベーコン、ツナ缶	ほうれんそう、ひじき、にんじん、 たまねぎ、コーン缶、いんげん	食塩、昆布だし汁、しょうゆ、 コンソメ、こしょう ケチャップ ●ごまドレッシング	牛乳 やさいスナック	牛乳 白い風船		↓
07水	かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 玉ねぎのみそ汁	油、片栗粉、米、砂糖	味噌、豚ひき肉 かつお節	ほうれんそう、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、しょうが、しめじ、 グリーンピース、かぼちゃ	食塩、酒、煮干・かつおだし汁、 みりん、しょうゆ	牛乳 はとむぎおこし	牛乳 ★ラスク	始業式	無
08木	鯖の塩焼き 黒豆 なます 七草粥	米、砂糖、 以上児のみ:もち	油揚げ、さば、ごま、黒豆	ほうれんそう、にんじん、葉付き だいこん、しゅんぎく、こまつな、 葉付きかぶ	酢、食塩、酒、しょうゆ、 かつお・昆布だし汁	牛乳 ソフトせんべい塩味	牛乳 ★●チーズ蒸しパン ㊦卵(対応おやつ)		有
09金	チキン南蛮 粉ふき芋 豆腐のみそ汁	油、片栗粉、米、砂糖、 じゃがいも	味噌、絹ごし豆腐、鶏肉	ピーマン、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、しめじ、あおのり	酢、食塩、煮干・かつおだし汁、 しょうゆ、こしょう	牛乳 かにボンセン	ヤクルト ぼたぼた焼き		有
10土	全園児弁当・水筒持参保育 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 サブレ等 ㊦持参おやつ	水筒 タルト等 ㊦持参おやつ		無
13火	菜っ葉ご飯 白菜と豆腐の中華あんかけ煮 ブロッコリーサラダ パイナップル	油、片栗粉、米、砂糖、 ごま油	豚ひき肉、絹ごし豆腐	ねぎ、干しいたけ、ブロッコリー、 はくさい、パイナップル、にんじん、 たまねぎ、コーン缶、菜飯の素	中華粒、酢、食塩、みりん、 しょうゆ、こしょう	牛乳 おとうふ屋さんのかりんとう	牛乳 ★●マヨコーントースト ㊦卵(対応おやつ)		有
14水	鶏肉のから揚げ ☆中華風サラダ ㊦卵 スープ オレンジ	油、片栗粉、米、砂糖、 ごま油	鶏肉、ベーコン、☆ハム	もやし、にんにく、にんじん、 チンゲンサイ、たまねぎ、しょうが、 きゅうり、キャベツ、オレンジ	中華粒、酢、食塩、昆布だし汁、 しょうゆ	牛乳 カリボテスナック	ヤクルト ぱりんこ〈のり塩〉	3才食育	無
15木	大根とがんもの含め煮 白菜の塩こぶ和え なめこのみそ汁 ふりかけ〈カツオ〉	米	油揚げ、味噌、鶏肉、ごま、 がんもどき	塩こんぶ、はくさい、ねぎ、 にんじん、なめこ、たまねぎ、 だいこん、きゅうり	煮干・かつおだし汁、みりん、 しょうゆ、ふりかけ〈カツオ〉	牛乳 セサミラスク	お茶 ★牛乳餅		有
16金	赤飯 さわらの梅みそ焼き ☆れんこんのきんぴら ㊦卵 麩のすまし汁	米、砂糖、ごま油、 手まり麩	味噌、さわら、ごま 赤飯の素、☆さつま揚げ	れんこん、ピーマン、ねぎ、 にんじん、たまねぎ、梅肉、しめじ	酒、みりん、しょうゆ、 かつお・昆布だし汁、ごましお	牛乳 胚芽スティック	牛乳 ★●アップルドーナツ ㊦卵(対応おやつ)		有
17土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ	水筒 タルト等 ㊦持参おやつ		無
19月	鯖のトマト煮 ジャーマンポテト ワンドンスープ	油、米、小麦粉、砂糖、 ワンドンの皮、じゃがいも	ベーコン、さば	もやし、ホールトマト缶詰、 ねぎ、にんにく、にんじん、 たまねぎ、しいたけ	中華粒、食塩、昆布だし汁、 パセリ粉、しょうゆ、コンソメ、 こしょう ケチャップ	牛乳 カルシウム入り かぼちゃポーロ	牛乳 ●十勝バタースティック 〈パスコ〉 ㊦卵(対応おやつ)		有
20火	豚肉のしぐれ煮 キャベツの塩こぶ和え さつまいものみそ汁	米、つきこんにゃく、 砂糖、さつまいも	油揚げ、味噌、豚肉、ごま	塩こんぶ、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、しょうが、キャベツ	煮干・かつおだし汁、みりん、 しょうゆ	牛乳 0・1才 ポーロ等 2才 食育	お茶 ★マカロニあべかわ	2才食育	有
21水	筑前煮 小松菜のおかか和え みそ汁	油、米、板こんにゃく、 砂糖	味噌、鶏肉、かつお節	干しいたけ、れんこん、もやし、 ねぎ、にんじん、こまつな、 カットわかめ、ごぼう、いんげん、 たまねぎ	煮干・かつおだし汁、みりん、 しょうゆ	牛乳 むらさきいもせんべい	牛乳 ★●ホットケーキ ㊦卵(対応おやつ)		無
22木	クリームシチュー ●オーロラサラダ ㊦卵(青じそ味) ●ふりかけ〈のりたま〉 ㊦卵(ゆかり) みかん	油、米、じゃがいも ●マヨネーズ	鶏肉、牛乳	にんじん、たまねぎ、グリーン ピース、きゅうり、キャベツ、 みかん	食塩、こしょう、ケチャップ、 シチュールウ ●ふりかけ〈のりたま〉	牛乳 せんべい等	ヤクルト ●まがりせんべい ㊦卵(対応おやつ)		有
23金	ゆかりごはん ししゃものカレー揚げ ほうれん草ソテー 豆腐スープ	油、米、てんぷら粉	絹ごし豆腐、ベーコン、 ししゃも	ほうれんそう、ねぎ、にんじん、 たまねぎ、コーン缶、ゆかり	中華粒、食塩、昆布だし汁、 コンソメ、こしょう、カレー粉	牛乳 ねじりん棒	お茶 ★おにぎり〈わかめ〉		有
24土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ポーロ等 ㊦持参おやつ	水筒 せんべい等 ㊦持参おやつ		無
26月	ツナカレー ☆ハムサラダ ㊦卵 りんご	油、米、砂糖、じゃがいも	☆ハム、ツナ缶	りんご、にんじん、たまねぎ、 グリーンピース、きゅうり、 キャベツ	酢、食塩、こしょう、 カレールウ	牛乳 いちごラスク	お茶 ★おはぎ		有
27火	●ちくわ磯辺揚げ ㊦卵(対応ちくわの磯辺揚げ) キャベツのおかか和え わかめのみそ汁	油、米、砂糖、てんぷら粉	味噌、●ちくわ、かつお節	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 キャベツ、カットわかめ、えのきたけ、 あおのり	煮干・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 野菜スティック	牛乳 キャラメルコーン		有
28水	鮭の西京焼き きんぴらごぼう すまし汁	米、つきこんにゃく、 砂糖、ごま油	味噌、さけ、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 しいたけ、ごぼう、えのきたけ	食塩、酒、みりん、しょうゆ、 かつお・昆布だし汁	牛乳 ふわふわチップ にんじん味	お茶 ★焼きそば		無
29木	チキンライス ☆エビフライ ㊦卵 ☆添え野菜＋マヨネーズ ㊦卵 コンソメスープ どうぶつえんゼリー	油、米、小麦粉、砂糖、 パン粉、どうぶつえんゼリー ☆マヨネーズ	☆卵、鶏肉、ベーコン、 えび	ブロッコリー、にんじん、 たまねぎ、しめじ、コーン缶、 グリーンピース	食塩、昆布だし汁、パセリ粉、 コンソメ、こしょう、 ケチャップ	牛乳 とうもろこしで作った パフスナック 塩味	牛乳 ●ふんわりワッフル ㊦卵(対応おやつ)		有
30金	●ピザ風卵焼き ㊦卵(鶏肉の照焼き) ブロッコリーソテー オニオンスープ ふりかけ〈緑黄色野菜〉	油、米	●卵、ベーコン、チーズ	ブロッコリー、ピーマン、 にんじん、たまねぎ、コーン缶	食塩、昆布だし汁、パセリ粉、 しょうゆ、コンソメ、こしょう、 ケチャップ ふりかけ〈緑黄色野菜〉	牛乳 きな粉ウエハース	ヤクルト 麩菓子		有
31土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ㊦水筒・弁当・おやつ持参					水筒 クッキー等 ㊦持参おやつ	水筒 タルト等 ㊦持参おやつ		無