

# 献 立 表

2026年01月

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 ⑦弁当・水筒・おやつ持参				水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ	水筒 せんべい等 ⑦持参おやつ		冬休み
06 月	豆腐ハンバーグ ●いんげんサラダ ⑦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	鮭の塩焼き 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 ⑦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 かにポンセン	ヤクルト ぱたぱた焼き		有
10 土		全園児弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参				水筒 サブレ等 ⑦持参おやつ	水筒 タルト等 ⑦持参おやつ		無
13 火	菜つ葉ご飯 白菜と豆腐の中華あんかけ煮 プロッコリーサラダ パインアップル	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、プロッコリー、はくさい、パインアップル、にんじん、たまねぎ、ヨーグルト、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 ★●マヨコントースト ⑦卵(対応おやつ)		有
14 水	鶏肉のから揚げ ☆中華風サラダ ⑦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、チングンサイ、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 カリポテスナック	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 ⑦卵 麸のすまし汁	米、砂糖、ごま油、手まり麸	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 ⑦卵(対応おやつ)		有
17 土	牛乳 パン ※全園児水筒持参 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ	水筒 タルト等 ⑦持参おやつ		無
19 月	鮭のトマト煮 ジャーマンポテト ワンタンスープ	油、米、小麦粉、砂糖、ワンタンの皮、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 かぼちゃボーロ	牛乳 ●十勝バタースティック (バスク) ⑦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、つきこんにやく、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 ボーロ等 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 ⑦卵(対応おやつ)		無
22 木	クリームシチュー ●オーロラサラダ ⑦卵(青じそ味) ●ふりかけ(のりたま) ⑦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 ⑦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 ⑦弁当・水筒・おやつ持参					水筒 ボーロ等 ⑦持参おやつ	水筒 せんべい等 ⑦持参おやつ		無
26 月	ツナカレー ☆ハムサラダ ⑦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 ⑦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、つきこんにやく、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 ⑦卵 ☆添え野菜+マヨネーズ ⑦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	プロッコリー、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリンピース	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 ど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 ⑦卵(対応おやつ)		有
30 金	●ピザ風卵焼き ⑦卵(鶏肉の照焼き) プロッコリーソテー 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	プロッコリー、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 ⑦水筒・弁当・おやつ持参					水筒 クッキー等 ⑦持参おやつ	水筒 タルト等 ⑦持参おやつ		無