

令和 8 年 1 月 給 食 献 立 表

【今月の目標】・・・好き嫌いなく何でも食べましょう。

須佐保育園

日 曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
			10時(未満児)	3時(共通)
5 月	ご飯	鶏肉の松風焼き 紅白なます 煮豆 貝雑煮	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/バナナマフィン
6 火	わかめご飯	焼きそば 野菜のアーモンド和え チンゲン菜のスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/ポテトチップス/果物
7 水	ひじきご飯	魚の人参衣焼き 筑前煮 豆腐の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	ヤクルト/七草がゆ/果物
8 木	ご飯	南瓜コロッケ ほうれん草のごま和え わかめスープ	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/お好み焼き/果物
9 金	ご飯	八宝菜 ポテトサラダ 肉団子汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/ぜんざい/果物
10 土	パン	マカロニグラタン ブロッコリーサラダ 野菜スープ	牛乳/さつま芋バター	牛乳/わかめおにぎり/果物
13 火	ごまご飯	鶏の竜田揚げ シーチキンサラダ きつねうどん	牛乳/黄粉団子	牛乳/ウインナーパン/果物
14 水	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き 卵サラダ 水炊き風スープ	牛乳/りんごのレーズン煮	ヤクルト/さつま芋かりんとう/果物
15 木	ご飯	豆腐ハンバーグ れんこんのマヨ和え かきたま汁	牛乳/南瓜煮	牛乳/ソーメン汁/果物
16 金	ご飯	酢どり 南瓜サラダ すいとん汁	牛乳/いりこの佃煮	牛乳/フレンチトースト/果物
17 土	パン	クリームスパゲティ 三色和え オニオンスープ	牛乳/こぶき芋	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
19 月	ご飯	しそチーズの肉巻き 五目きんぴら クリームシチュー	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/※さつま芋もち/果物
20 火	パン	タンドリーチキン ウインナーの卵とじ ちゃんぽん	牛乳/じゃがバター	牛乳/中華おこわ/果物
21 水	ご飯	魚のポテマヨ焼き きゅうりの酢の物 厚揚げの味噌汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/チヂミ/果物
22 木	ご飯	しゅうまい ひじきの煮物 豆腐の五目汁	牛乳/卵焼き	牛乳/さつま芋とりんごの巻巻き
23 金	ご飯	メンチカツ 春雨サラダ 南瓜の味噌汁	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/あんぱん/果物
24 土	人参ご飯	そうめんチャンプルー マセドアンサラダ 中華スープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/みたらし団子/果物
26 月	ご飯	おでん ひじきサラダ きのこの味噌汁	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/ミックスピザ/果物
27 火	パン	皿うどん ジャーマンポテト 卵スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/いなり寿司/果物
28 水	ご飯	ミートボール コールスローサラダ ポテトスープ	牛乳/ラスク	牛乳/ゆで卵/果物
29 木	誕生会	炊き込みご飯 えびカツ 野菜フリッター 和風サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳/菓子	牛乳/パウンドケーキ/果物
30 金	ご飯	チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え かぶシチュー	牛乳/さつま芋の甘煮	牛乳/ごま団子/果物
31 土	人参ご飯	ビーフン炒め 豆サラダ ミネストローネ	牛乳/蒸し芋	牛乳/ココアクッキー/果物

※は新メニューです。



あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

新しい1年がスタートしました。1月はおせち料理、鏡開きといった日本特有の食文化に触れる機会がたくさんあります。

1月7日は、無病息災を願いながら、七草粥を食べる日です。お正月にごちそうを食べて疲れた胃腸を栄養たっぷりのお粥で休ませてあげましょう。

今年も子どもたちが元気に過ごせますようお願いいたします。

