

保育所 こどもの家(一般)

2026年01月分の献立

					1(木)	2(金)	3(土)
午前							
昼食							
午後							
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、豆腐と青菜のとろみ煮、ぶりの照り焼き、なます、フルーツきんとん（もち）	御飯、みそ汁（さといも・油揚げ）、豚肉と昆布の炒め煮（にんじん）、白菜のゆかりあえ、みかん	御飯、スープ（さつまいも・わかめ）、厚揚げのケチャップ煮、小松菜のしらすサラダ（キャベツ）、バナナ	御飯、みそ汁（切干だいこん・かぼちゃ）、さけの酒蒸し、ひじきの煮物（にんじん）、りんご	御飯、野菜のポタージュスープ、鶏肉のマーマレード煮、ゆで野菜、パイン缶	中華丼（はくさい）、みかん、わかめスープ
午後		豆乳もち	ケーキ・キャロット	ホットケーキ	フルーツポンチ（もも）	ブルーンのカスター焼	米粉蒸しパン
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
午前			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食			鶏肉と小松菜のクリームライス、もやしのツナ酢あえ（ひじき）、フルーツカクテル（もち）	御飯、豆腐みそ汁（だいこん・あげ）、ハンバーグ（さば）、野菜のおかか和え、バナナ	御飯、ぶりかけ・じやこ（ねぎ）、みそ汁（かぼちゃ・たまねぎ）、フライド野菜、みかん、凍り豆腐とひき肉の煮物	御飯、みそ汁（こまつな・わかめ）、かじきの甘辛焼き、じゃが芋炒め、りんご	豆腐丼（カレー風味）、オレンジ、オニオンスープ
午後			大学芋（ごま）	野菜米粉蒸しパン	トースト（コーンマヨ）	野菜もち（にんじん）	おにぎり（ごまみそ焼き）
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		そぼろごはん、石狩汁、白和え（ほうれん草・にんじん・ごま）、みかん	御飯、みそ汁（厚揚げ・わなか）、豚肉のすき焼き風煮物、ブロッコリーのおかか和え、にんじんとみかんのサラダ	御飯、わかめスープ（チングン菜）、マーボー豆腐（キッズ）、さつま芋のレモン煮、りんご	御飯、煮浸し風椀（こまつな・あげ）、さわらのごま焼き、さっぱりボテトサラダ、バナナ	御飯、豆乳コーン汁、大根と豚肉の炒め煮、キャベツのゆかりあえ、もも缶	豚丼、みかん、豆腐すまし汁（ほうれん草）
午後		米粉蒸しパン・レーズン	米粉お好みもち（えび）	つぶつぶ人参ゼリー（寒天）	五平餅	スイートポテト（米粉・ごま）	おやつ・じゃこごはん（昆布・ごま）
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、冬野菜の鍋風煮、わかさぎのカレー揚げ、ゆでブロッコリー、バナナ	御飯、はるさめスープ（キャベツ）、ポークピーンズ、酢の物（みかん・きゅうり）	御飯、みそ汁（はくさい・ねぎ）、松風焼き・豆腐いり（ごま）、かぼちゃのだし浸し、みかん	御飯、みそ汁（じゃが芋・わかめ）、さわらの和風あん、煮りんご（干しうどう）	納豆ごはん（こまつな）、みそ汁（もやし・コーン）、筑前煮（だいこん）、みかん	もも缶、チャーハン（ツナ・ひじき）、あんかけうどん
午後		ベイクド里芋	フルーツのクリーム和え	豆乳ゼリー（小倉）	ブルーベリージャムサンド	米粉おに蒸しパン	フライドポテト