



給食献立表



高畠保育園
令和8年1月1日

		昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
5	月	海苔のパスタ ポテトスープ	牛乳 豆腐のスコーン	生クリーム／牛乳／豆腐／きな粉	スパゲッティ／じゃがいも／ホットケーキミックス／バター／砂糖	ごねぎ／焼きのり／海苔佃煮／しめじ／たまねぎ／にんじん
6	火	鶏肉のスタミナ焼き 人参しりしり 白菜スープ	牛乳 抹茶蒸しパン	鶏肉／卵／ツナ缶／かにかま／牛乳／こしあん	米／砂糖／ホットケーキミックス	にんじん／はくさい／たまねぎ
7	水	親子丼 七草の味噌汁 フルーツ	牛乳 チョコクロワッサン	鶏肉／かまぼこ／卵／豆腐／牛乳	米／片栗粉／砂糖／チョコクロワッサン	乾しいたけ／にんじん／たまねぎ／ごねぎ／七草／フルーツ
8	木	豆腐のつくね焼き 野菜ソテー えのきのすまし汁	ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉／豆腐／大豆／卵	米／砂糖／片栗粉	ひじき／たまねぎ／にんじん／キャベツ／エリンギ／ピーマン／もやし／えのき／ごねぎ
9	金	魚の塩焼き いなり和え オニオングラムスープ	牛乳 きなこもち	魚／油揚げ／牛乳／きな粉／豆腐	米／砂糖／白玉粉	ほうれんそう／キャベツ／にんじん／もやし／たまねぎ／バナナ
10	土	じゃがいものトマト煮 わかめスープ	牛乳 せんべい	豚肉／大豆／牛乳	米／じゃがいも／ごま油	たまねぎ／にんじん／わかめ
13	火	コロッケ コーンサラダ 大根の味噌汁	牛乳 しらすトースト	油揚げ／牛乳／しらす	米／油／食パン	にんじん／キャベツ／きゅうり／コーン缶／だいこん／ごねぎ
14	水	魚のオーブン焼き 豆腐の五目煮 かきたま汁	牛乳 肉まん	魚／豆腐／豚肉／卵／牛乳／豚ひき肉	米／パン粉／油／片栗粉／ホットケーキミックス／砂糖／ごま油	しょうが／チンゲンサイ／生しいたけ／にんじん／ねぎ／たまねぎ／ごねぎ
15	木	カレー フルーツヨーグルト	ミルク 厚切りバウム	牛肉／ヨーグルト／スキムミルク	じゃがいも／米／砂糖	にんじん／たまねぎ／もも缶／バイン缶／みかん缶／バナナ
16	金	ハンバーグ ごぼうと大豆の甘辛炒め コンソメスープ	牛乳 シュガーパイ	合いミンチ／卵／豆腐／大豆／牛乳	米／砂糖／ごま／ごま油／じゃがいも	たまねぎ／にんじん／ごぼう
17	土	生姜焼き風 すまし汁	牛乳 クッキー	豚肉／豆腐／牛乳	米	にんじん／もやし／たまねぎ／ピーマン／キャベツ／しょうが／ごねぎ
19	月	鶏のさつまいの煮 海苔和え 春雨スープ	牛乳 ジャムサンド	手羽元／牛乳	米／砂糖／片栗粉／はるさめ／サンドイッチパン	しょうが／ににく／ほうれんそう／キャベツ／にんじん／もやし／刻みのり／海苔佃煮／たまねぎ／わかめ／いちごジャム
20	火	誕生日会 鮭ご飯・エビフライ・ミートボール プロッコリー・オレンジミニプリン・ヤクルト	牛乳 誕生日ケーキ	ヤクルト／牛乳／生クリーム	米／油／砂糖	プロッコリー／オレンジ／いちご
21	水	すき焼き風煮 わかめと卵のスープ	牛乳 ココアクッキー	牛肉／焼き豆腐／卵／牛乳	米／マロニー／しらたき／砂糖／薄力粉／バター	はくさい／にんじん／えのき／生しいたけ／たまねぎ／わかめ
22	木	竹輪の磯辯揚げ 納豆サラダ すまし汁	牛乳 ふかし芋	焼き竹輪／納豆／豆腐／牛乳	米／天ぷら粉／油／さつまいも	あおのり／きゅうり／にんじん／キャベツ／たくあん／たまねぎ／ごねぎ
23	金	けんちんうどん 昆布煮 フルーツ	牛乳 カレーチーズトースト	豚肉／油揚げ／牛乳／ピザ用チーズ／ベーコン	うどん／食パン	にんじん／ごぼう／キャベツ／ごねぎ／ごんぶ／フルーツ
24	土	牛乳 パン バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳	パン	バナナ
26	月	そぼろ丼 冬野菜ボトフ	牛乳 マッシュマロサンド	合いミンチ／卵／ワインナー／牛乳	砂糖／米／じゃがいも	たまねぎ／にんじん／はくさい／だいこん
27	火	魚のフライ ひじきの炒り煮 えのきのすまし汁	牛乳 フルーツロール	魚／卵／大豆／油揚げ／天ぷら／牛乳／生クリーム	米／薄力粉／パン粉／油／しらたき／砂糖／ロールパン	ひじき／にんじん／れんこん／いんげん／えのき／たまねぎ／ごねぎ／バイン缶／みかん缶
28	水	野菜ラーメン ゆで卵 りんご	ミルク チーズケーキ	豚肉／豆乳／卵／スキムミルク	ちゃんぽん麺／ごま油	にんじん／もやし／キャベツ／たまねぎ／あおのり／ごねぎ／フルーツ
29	木	豚肉のピカタ 南瓜のサラダ コンソメスープ	牛乳 コーンフレーク	豚肉／卵／粉チーズ／ハム／牛乳	米／薄力粉	かぼちゃ／きゅうり／にんじん／たまねぎ／キャベツ
30	金	ハッシュドビーフ フルーツポンチ	牛乳 ケーク・サレ	牛肉／牛乳／ハム／卵	じゃがいも／米／砂糖／ホットケーキミックス／油	たまねぎ／にんじん／バイン缶／みかん缶／もも缶／バナナ／かぼちゃ／コーン缶／ほうれんそう
31	土	カレー肉じゃが チーズ	牛乳 せんべい	豚肉／厚揚げ／チーズ／牛乳	米／じゃがいも／砂糖	たまねぎ／にんじん／ねぎ