



# 給食献立表



高畑保育園  
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 Pasta 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 / ジャがいも / ホットケーキミックス / バター / 砂糖	こねぎ / 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 / チョココロワッサン	乾しいたけ / にんじん / たまねぎ / こねぎ / 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 / こねぎ
9	金	魚の塩焼き いなり和え オニオンスープ	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 / パナナ
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 / ジャがいも / ごま油	たまねぎ / にんじん / わかめ
13	火	クロック 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 / こねぎ
14	水	魚のオープン焼き 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 / こねぎ
15	木	カレー フルーツヨーグルト	ミルク 厚切りパウム	牛肉 / ヨーグルト / スキムミルク	ジャがいも / 米 / 砂糖	にんじん / たまねぎ / もも缶 / バイン缶 / みかん缶 / パナナ
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 / ジャがいも	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 / こねぎ
19	月	鶏のさっぱり煮 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 / にんにく / 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	〈誕生会〉 鮭ご飯・エビフライ・ミートボール フロッキー・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	ブロッコリー / 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	竹輪の磯辺揚げ 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 / こねぎ
23	金	けんちんうどん 昆布煮 フルーツ	牛乳 カレーチーストースト	豚肉 / 油揚げ / 牛乳 / ピザ用チーズ / ペーコン	うどん / 食パン	にんじん / ごぼう / キャベツ / こねぎ / こんぶ / 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 冬野菜ポトフ	牛乳 マシュマロサンド	合いミンチ / 卵 / ウインナー / 牛乳	砂糖 / 米 / ジャがいも	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 / こねぎ / 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 プチケーキ	豚肉 / 豆腐 / 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 / こねぎ / 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 ケーキ・サレ	牛肉 / 牛乳 / ハム / 卵	ジャがいも / 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 / パナナ / 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 / ジャがいも / 砂糖	たまねぎ / にんじん / ねぎ