

令和8年1月献立表

| 日付 | 献立名 | |
|-----|--|----------------------------|
| | 昼食 | おやつ |
| 5月 | 親弁当 | 星たべよ |
| 6火 | カレーライス 雑穀米 コールスローサラダ セレクトゼリー 食べる煮干し 2歳児 以上児 | おせんべいしょうゆ味 |
| 7水 | みそラーメン シュウマイ りんご 食べる煮干し 2歳児 以上児 | おにぎり 小松菜・しらす干し |
| 8木 | ごはん 鮭の塩焼き 白菜のおかか和え みそ汁 じゃがいも 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 畑のスナック カレー味 牛乳 |
| 9金 | 納豆ごはん ねぎ 筑前煮 みそ汁 わかめ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | こんぶあられ |
| 13火 | ごはん 有機米 松風焼き 大根サラダ 春雨のすまし汁 食べる煮干し 2歳児 以上児 | やさいかりんとう 牛乳 |
| 14水 | ごはん 魚の甘酢あんかけ ひじきの煮付け みそ汁 じゃがいも 有機バナナ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | おしゃぶりスルメ 未満児：とっとちゃんせんべい |
| 15木 | 納豆ごはん 小松菜 じゃこ 豚肉とごぼうの炒め煮 みそ汁 わかめ みかん 食べる煮干し 2歳児 以上児 | セレクトお菓子 牛乳 |
| 16金 | 野菜たっぷりそぼろごはん 小松菜とカリカリじゃこのお浸し みそ汁 なめこ・大根 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 米粉黒糖蒸しパン さつまいも 牛乳 |

宮保育園

| 日付 | 献立名 | |
|-----|---|---------------------------|
| | 昼食 | おやつ |
| 19月 | ごはん 春雨のひき肉炒め 白菜の中華和え みそ汁 ふ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作りマシュマロサンド 牛乳 |
| 20火 | ごはん 里芋と鶏肉のうま煮 みそ汁 わかめ・たまねぎ りんご 食べる煮干し 2歳児 以上児 | みたらし団子 0.1才：むらさきいもせんべい |
| 21水 | 麦ごはん さばの塩焼き 蓮根のさんびら みそ汁 なめこ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | はとむぎおこし ジョア マスカット |
| 22木 | ごはん 鶏の照り焼き ポテトサラダ みそ汁 豆腐・あおさ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | プリン |
| 23金 | ひじきの炊き込みご飯 がんもの煮つけ みそ汁 じゃがいも 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作りかぼちゃもち 牛乳 |
| 26月 | ごはん ししゃもの天ぷら おからの煮付け 白菜のあったか汁 食べる煮干し 2歳児 以上児 | ねじりんぼ |
| 27火 | 納豆ごはん 小松菜・じゃこ 鶏肉と大根のべっこう煮 みそ汁 わかめ 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 手作り米粉のさつまマフィン 牛乳 |
| 28水 | 肉うどん ひじきとれんこんのサラダ みかん 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 有機玄米入りおにぎり |
| 29木 | ごはん 鯖の西京焼き 金時豆の煮付け 豚汁 食べる煮干し 2歳児 以上児 | セレクトお菓子 |
| 30金 | ロールパン ビーフシチュー ブロッコリーのサラダ りんご 食べる煮干し 2歳児 以上児 | 豆乳プリンタルト 牛乳 |