



# 1月 給食予定献立表(認定こども園新高山めぐみ幼稚園)



2026年

日 曜	昼 食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
5 月	年明けうどん 白身魚フライ 花野菜のごまドレサラダ プチゼリー	ゆかりおにぎり	かまぼこ・わかめ 白身魚フライ/プチゼリー	うどん/油/米	人参・ねぎ/ブロッコリー カリフラワー・コーン ゆかりの素	醤油・みりん・だし 8大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング	422
6 火	豚丼 春雨入り華風和え キャベツと油揚げのみそ汁 オレンジ	ラスク	豚肉/ツナ缶/油揚げ みそ	米・砂糖・油/春雨・白ごま ごま油/食パン・マーガリン	玉葱・ごぼう・糸蒟蒻・椎茸 胡瓜・人参・木耳/キャベツ オレンジ	みりん・醤油・だし 酢	568
7 水	菜めしごはん 肉じゃがコロッケ 野菜炒め 大根と若布のみそ汁 パイナップル	ココア蒸しパン	肉じゃがコロッケ/豚肉 わかめ・みそ	米/油/ケキミックス	菜めしの素/もやし・キャベツ 人参・にら/大根/パイナップル	塩・こしょう・だし ビュアココア	548
8 木	根菜入り鶏つくね キャベツ入りマカロニサラダ ごはん コンソメスープ 食べる小魚	焼き芋	根菜入り鶏つくね/ツナ缶 わかめ/食べる小魚	油/マカロニ/米/さつま芋	キャベツ・胡瓜・人参	マヨドレ・コンソメ	523
9 金	ハッシュドポーク ボイルドウィンナー コールスロー リンゴ	オレンジゼリー	豚肉/ウィンナー オレンジゼリー	米・油 ブラウンシチュールウ	玉葱・椎茸・グリーンピース キャベツ・胡瓜・コーン りんご	手作りドレッシング	618
13 火	メバルの西京焼き 切干大根の炒め煮 ごはん 花麩と豆苗のお吸い物 梨缶	きな粉マカロニ	メバル・みそ/油揚げ きな粉	砂糖・油/米/花麩 マカロニ	切干大根・人参・インゲン/豆苗 梨缶	みりん・醤油・だし 塩	558
14 水	チャプチェ じゃが芋のツナ煮 ごはん もやしと若布のスープ オレンジ	フルーチェ(いちご)	豚肉/ツナ缶/わかめ 牛乳	春雨・砂糖・ごま油 じゃが芋/米 フルーチェの素	玉葱・赤パプリカ・にら・椎茸 にんにく・しょうが/人参/もやし オレンジ	みりん・醤油・塩・中華味 だし	466
15 木	発芽玄米ごはん 大豆ミートの生姜炒め 青菜と白菜のごまよごし 豆腐と油揚げのみそ汁 みかん	ホットケーキ	米・発芽玄米/大豆ミート・玉葱・しょうが・醤油・みりん・砂糖・油 青菜・白菜・人参・しめじ・すりごま・醤油・砂糖/木綿豆腐・油揚げ・みそ・だし/みかん ケキミックス・シロップ				458
16 金	バターロールパン ミートコロッケ キャベツのサラダ コンソメスープ キャンディチーズ	焼きおにぎり	国産豚肉コロッケ ウィンナー キャンディチーズ	ロールパン/油/米	キャベツ・胡瓜・コーン・貝割れ 玉葱・人参	ケチャップ・マヨドレ コンソメ・醤油・みりん	524
19 月	煮込みハンバーグ おかかキャベツ ごはん 若布スープ プチゼリー	ハッシュドポテト	ハンバーグ/花かつお わかめ/プチゼリー	油/米/麩 ハッシュドポテト	玉葱・しめじ/キャベツ ピーマン	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・醤油・コンソメ	529
20 火	ぶり大根 春雨サラダ ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 オレンジ	お芋がゴロゴロ鬼まんじゅう	ぶり/ツナ缶/油揚げ みそ	砂糖/春雨/米/さつま芋 ケキミックス	大根・インゲン・しょうが/胡瓜 人参・コーン/白菜/オレンジ	醤油・みりん・マヨドレ だし	603
21 水	衣笠丼 おぼんざい(青菜とえのきの煮浸し) さつま芋と若布のみそ汁 食べる小魚	青りんごゼリー	卵・油揚げ/ちくわ/わかめ みそ/食べる小魚 ゼリーの素	米・砂糖・油・片栗粉 さつま芋	玉葱・椎茸・ねぎ/青菜・えのき キャベツ・人参	みりん・醤油・だし	479
22 木	チキンカツ 南瓜の甘煮 ごはん 厚揚げとねぎのみそ汁 リンゴ	黒糖ケーキ	チキンカツ/厚揚げ みそ	油/砂糖/米/ケキミックス 黒砂糖	南瓜/ねぎ/りんご	醤油・みりん・だし	586
23 金	お野菜たっぷりソース焼きそば 焼き餃子 フライドポテト 白桃缶	バームクーヘン	豚肉/餃子	焼きそば・油/じゃが芋 バームクーヘン	キャベツ・もやし・人参・しめじ ピーマン/白桃缶	ソース・塩	657
26 月	きな粉ごはん メンチカツ 磯煮 具沢山のみそ汁 黄桃缶	コーン蒸しパン	きな粉/メンチカツ/ひじき ちくわ/油揚げ・みそ	米・砂糖・油/ケキミックス	人参・インゲン/切干大根・青菜 キャベツ・ねぎ/黄桃缶/コーン	塩・醤油・みりん・だし	628
27 火	ホッケの付け焼き 具沢山の和風スパゲティサラダ ごはん 切干大根と若布のみそ汁 リンゴ	ふかし芋	ホッケ/油揚げ/わかめ みそ	油/スパゲティ・ごま油/米 さつま芋	しょうが/キャベツ・玉葱・人参 コーン/切干大根/りんご	醤油・みりん・マヨドレ だし	538
28 水	麻婆ラーメン 春巻き 三色ナムル キャンディチーズ	じゃことおかかのおにぎり	豚肉・木綿豆腐・みそ 春巻き/キャンディチーズ しらす干し・花かつお	ラーメン・砂糖・ごま油 片栗粉/油/白ごま/米	玉葱・ねぎ・にんにく・しょうが もやし・青菜・人参	みりん・中華味・醤油	595
29 木	ポーキングジャー 大根の炒め煮 ごはん 青菜と油揚げのみそ汁 ゼリーアラモード	手作りクッキー	豚肉/油揚げ・みそ グレーゼリー ホイップクリーム	油・砂糖/米/小麦粉	玉葱・ピーマン・人参・しょうが 大根・インゲン/青菜/みかん缶 パイン缶	醤油・みりん・だし・塩 バニラエッセンス	756
30 金	カレーライス チキンナゲット ツナサラダ いよかん	ストロベリーヨーグルト	豚肉/チキンナゲット ツナ缶/ヨーグルト	米・油・じゃが芋 カレーパウダー/いちごジャム	玉葱・人参/ブロッコリー キャベツ・胡瓜/いよかん	8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング	630

原材料等の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いいたします。

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:564kcal 脂質:17.0g たんぱく質:16.5g 炭水化物:88.3g 食塩相当量:1.7g