

令和8年



給食予定献立表

日	曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満児)	3時のおやつ	日	曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満児)	3時のおやつ
1	水	麦茶 ご飯 しらすふりかけ 肉団子スープ キャベツの甘酢和え	麦茶 米 しらす かつお節 葱 春雨 合い挽肉 卵 白菜 チンゲン菜 玉葱 人参 干し椎茸 ツナ キャベツ 人参	ビスケット	スキムミルク マカロニあべかわ マカロニ きな粉	16	木	麦茶 ご飯 魚の幽庵焼き ほうほう和え 春野菜の豚汁	麦茶 米 白切り身魚 レモン 卵 薄揚げ ほうれん草 人参 キャベツ もやし きゅうり 豚肉 じゃが芋 ごぼう 玉葱 アスパラ 葱	クッキー	スキムミルク きな粉 豆乳 レパン
2	木	麦茶 ご飯 魚の西京焼き 卵 薄揚げ 干草和え レタスと豚肉のすまし汁	麦茶 米 白切り身魚 卵 薄揚げ 人参 糸こんにゃく ほうれん草 ごま 豚肉 レタス ごぼう 人参 深葱	ビスコ	スキムミルク さつま芋のミルクかりんとう さつま芋 スキムミルク	17	金	牛乳 ご飯 豚肉のケチャップ煮 炒り卵サラダ コンソメスープ	牛乳 米 豚肉 玉葱 グリーンピース マッシュルーム 卵 じゃが芋 きゅうり キャベツ 人参 玉葱 人参 しめじ パセリ	クラッカー	ミロミルク クッキー せんべい
3	金	牛乳 ご飯 豆腐ステーキ ブロッコリーのマヨネーズ和え ペーコンスープ	牛乳 米 豆腐 鶏挽き肉 玉葱 人参 グリーンピース ブロッコリー コーン ペーコン じゃが芋 玉葱 チンゲン菜	バナナ	スキムミルク ジャムバターサンド 食パン ジャム	18	土	麦茶 ご飯 豆のたぶら なます 卵入りそうめん味噌汁	麦茶 米 ウィンナー 卵 そら豆 グリーンピース 人参 ひじき しらす 薄揚げ 大根 人参 きゅうり ごま そうめん 卵 なす 玉葱 葱	ビスケット	スキムミルク 果物 お菓子
4	土	麦茶 親子丼 つわいり野菜炒め 味噌汁	麦茶 米 鶏肉 卵 玉葱 人参 葱 厚揚げ じゃが芋 つわ チンゲン菜 人参 筍 糸こんにゃく かぼちゃ なす しめじ わかめ	クッキー	スキムミルク 果物 お菓子	20	月	牛乳 ご飯 鶏肉のアップルジンジャーソーサー 和風シーザーサラダ もずくスープ	牛乳 米 鶏肉 りんご 玉葱 ベーコン レタス ブロッコリー きゅうり 人参 チーズ 絹豆腐 もずく 玉葱 人参 葱	ビスコ	スキムミルク レーズンクッキー レーズン
6	月	牛乳 和風スパゲティ フライドポテト チキンサラダ カットゼリー	牛乳 スパゲティ ペーコン えび 玉葱 人参 えのき しめじ 海苔 フライドポテト ささみ ほうれん草 人参 キャベツ カットゼリー	クラッカー	スキムミルク わかめおにぎり 米 わかめ 食べるいりこ	21	火	麦茶 牛肉とごぼうの混ぜご飯 おから入りポテトサラダ 切り干し大根の味噌汁	麦茶 米 押し麦 牛肉 ごぼう 人参 おから ハム じゃが芋 ブロッコリー 人参 薄揚げ 切り干し大根 玉葱 葱	ポーロ	スキムミルク プリンアラモード 牛乳 果物缶 生クリーム
7	火	愛情弁当日		せんべい	スキムミルク お菓子	22	水	麦茶 ご飯 魚の南蛮漬け 五目ごま和え 味噌けんちん汁	麦茶 米 白切り身魚 薄揚げ もやし 小松菜 人参 糸こんにゃく ごま 厚揚げ 里芋 大根 人参 ごぼう 葱	せんべい	スキムミルク お好み焼き 豚肉 卵 キャベツ 山芋 かつお節 青のり粉
8	水	牛乳 ご飯 さつま芋入りハンバーグ ブロッコリーと卵の黒ごまサラダ 白菜のスープ	牛乳 豚挽き肉 さつま芋 玉葱 人参 卵 牛乳 卵 ブロッコリー キャベツ ほうれん草 ごま ペーコン 白菜 玉葱 人参 椎茸	ビスケット	スキムミルク 豆腐ドーナツ 絹豆腐 きな粉	23	木	麦茶 しらすと青菜のご飯 里芋のそぼろあんかけ トマトの和風サラダ	麦茶 米 押し麦 しらす 小松菜 人参 ごま 鶏挽き肉 厚揚げ 里芋 大根 人参 玉葱 グリーンピース かつお節 トマト きゅうり わかめ	バナナ	スキムミルク コーントースト 食パン コーン パセリ
9	木	牛乳 チキンカレー ハムサラダ 卵スープ ぶどうゼリー	牛乳 米 鶏肉 じゃが芋 さつま芋 玉葱 人参 ビーマン コーン 牛乳 ハム ほうれん草 キャベツ 人参 卵 しめじ パセリ ぶどうゼリー	ビスコ	ココアミルク メロンパン	24	金	牛乳 カレーうどん ひじきと彩野菜のサラダ フルーツヨーグルト	牛乳 うどん 鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 ビーマン しめじ ツナ トマト 水菜 パプリカ コーン ひじき みかん缶 りんご缶 バイン缶 もも缶 レーズン ヨーグルト	クッキー	ココアミルク スナック菓子
10	金	麦茶 ご飯 魚の甘だれかけ 春野菜の和え物 青さ海苔のスープ	麦茶 米 白切り身魚 キャベツ 人参 絹さや エリンギ ごま 卵 鶏挽き肉 豆腐 人参 水菜 筍 青さ海苔	せんべい	スキムミルク りんごのアップケーキ りんご 卵 牛乳	25	土	牛乳 ご飯 魚のホイル焼き じゃが芋のオーロラソース 大根のスープ	牛乳 米 白切り身魚 玉葱 人参 ビーマン えのき しめじ じゃが芋 コーン パセリ ベーコン 大根 人参 白菜 深葱	ビスコ	スキムミルク 果物 お菓子
11	土	麦茶 ご飯 小松菜のふりかけ 肉じゃが 山吹和え	麦茶 米 しらす 小松菜 ごま 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく グリーンピース 春雨 ハム 卵 きゅうり 人参 わかめ	ウエハース	スキムミルク 果物 お菓子	27	月	麦茶 ツナひじきご飯 根菜の煮物 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 押し麦 ツナ ひじき 筍 いんげん ごま 鶏肉 厚揚げ 里芋 大根 人参 ごぼう かぼちゃ 玉葱 キャベツ わかめ いりこ	ビスケット	スキムミルク ベーコンマフィン ベーコン 卵 玉葱 牛乳
13	月	牛乳 ロールパン チキンとマカロニのクリーム煮 押し麦のスープ	牛乳 ロールパン マカロニ 鶏肉 じゃが芋 玉葱 しめじ パセリ 牛乳 チーズ 押し麦 ウィンナー 大根 人参 キャベツ 深葱	ビスケット	スキムミルク ごはんもち もち米 米 ごま	28	火	麦茶 ご飯 鮭のごま酢照り焼き 友禅和え 沢煮椀	麦茶 米 鮭切り身 ごま 春雨 カニカマ キャベツ きゅうり 人参 豚肉 大根 人参 ごぼう 筍 椎茸 葱	ウエハース	スキムミルク かぼちゃパイ 餃子の皮 かぼちゃ
14	火	麦茶 あんかけ丼 ひじき入り白和え 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 春雨 豚挽き肉 玉葱 人参 椎茸 葱 豆腐 薄揚げ ひじき 人参 ほうれん草 糸こんにゃく ごま じゃが芋 キャベツ 玉葱 わかめ いりこ	ビスコ	スキムミルク ピーチケーキ もも缶 牛乳 卵	30	木	牛乳 いちごプリン ミルクパン フライドチキン フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳 ミルクパン いちごプリン 鶏肉 卵 牛乳 ほうれん草 きゅうり りんご みかん缶 バイン缶 レーズン コーン 玉葱 パセリ 牛乳 生クリーム	クラッカー	スキムミルク いなり風おにぎり 米 ごま 薄揚げ 食べるいりこ
15	水	牛乳 野菜ラーメン ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーのごま和え バナナ	牛乳 中華麺 豚肉 キャベツ 人参 もやし 深葱 なら ちくわ 卵 青のり粉 ハム ブロッコリー 人参 コーン ごま バナナ	せんべい	スキムミルク 芋ようかん さつま芋	<p>今月の給食とおやつ⁽¹⁾の平均栄養価</p> <p>3歳以上児 エネルギー 565kcal タンパク質 23.7g 脂質 16.4g 塩分 1.8g</p> <p>3歳未満児 エネルギー 489kcal タンパク質 19.6g 脂質 14.3g 塩分 1.6g</p>					

