

令和8年



給食予定献立表

今月の給食とおやつ平均栄養価

3歳以上児 エネルギー 558kcal タンパク質 23.5g 脂質 16.9g 塩分 1.9g
 3歳未満児 エネルギー 492kcal タンパク質 19.9g 脂質 15.2g 塩分 1.7g



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	牛乳 ご飯 変わりローストチキン 豆乳ドレッシングサラダ にらと春雨のスープ	牛乳 鶏肉 玉葱 ハム きゅうり キャベツ 人参 ブロッコリー コーン 豆乳 ごま 春雨 卵 にら 人参 椎茸	ビスコ	スキムミルク <u>みかんヨーグルト</u> みかん缶 ヨーグルト 牛乳	16	木	麦茶 ご飯 豚レバーの甘味噌和え おくらのおかか和え かみなり汁	麦茶 米 豚レバー 牛乳 ごま かつお節 おくら きゅうり 人参 豆腐 里芋 ごぼう 人参 玉葱 小松菜	バナナ	スキムミルク <u>きな粉ちんすこう</u> きな粉
2	木	麦茶 七たお寿司 豚しゃぶサラダ お魚そうめん汁 七たゼリー	麦茶 米 さつま揚げ かまぼこ 卵 切り干し大根 人参 葱 干し椎茸 キヌサヤ 海苔 豚肉 キャベツ きゅうり 人参 アスパラ ごま お魚そうめん 卵 豆腐 もずく おくら 七たゼリー	ぜんべい	ココアミルク 牛乳パン	17	金	りんごジュース ゼリー チーズパン ミートボールマトソース カミカミサラダ コンスープ	りんごジュース ソーダゼリー チーズパン 豚挽き肉 卵 玉葱 トマト ハム 大豆 さつま芋 きゅうり コーン 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 <u>わかめおにぎり</u> 米 わかめ 食べるいりこ
3	金	牛乳 ご飯 魚の甘酢あんかけ 炒り卵のサラダ コンソメスープ	牛乳 米 白切り身魚 卵 小松菜 きゅうり キャベツ 人参 玉葱 人参 しめじ パセリ	クッキー	スキムミルク <u>コーンフレークケーキ</u> コーンフレーク マシュマロ	18	土	麦茶 ご飯 揚げ出し豆腐のあんかけ ブロッコリーおかか和え すまし汁	麦茶 米 豆腐 豚挽き肉 人参 ほうれん草 椎茸 かつお節 ブロッコリー 大根 コーン 花鮭 えのき 干し椎茸 青さ海苔	ビスコ	スキムミルク 果物 お菓子
4	土	麦茶 ご飯 和風トンカツ 焼きなすの酢の物 味噌けんちん汁	麦茶 米 豚肉 卵 かつお節 青のり粉 なす トマト きゅうり 厚揚げ 里芋 ごぼう 大根 人参 小松菜	ビスケット	スキムミルク 果物 お菓子	21	火	麦茶 食べるいりこ ご飯 小松菜のふりかけ 鶏団子汁 卵とじ	麦茶 いりこ 米 しらす 小松菜 ごま 鶏挽き肉 卵 厚揚げ 里芋 玉葱 大根 人参 椎茸 葱 卵 キャベツ 人参 にら	ぜんべい	スキムミルク <u>おやつ風がね</u> さつま芋 レーズン ごま 牛乳
6	月	牛乳 バターチキンカレー 彩野菜のポテトサラダ キラキラスープ	牛乳 米 鶏肉 玉葱 しめじ トマト 牛乳 ハム じゃが芋 レタス 人参 コーン 絹豆腐 おくら 人参	クラッカー	スキムミルク <u>黒蜜がけマカロニあべかわ</u> マカロニ きな粉	22	水	麦茶 ご飯 チキンケチャップソテー 大豆のサラダ 大根のスープ	麦茶 米 鶏肉 大豆 ツナ 人参 きゅうり ほうれん草 わかめ ベーコン 大根 人参 キャベツ 深葱	ウエハース	スキムミルク <u>パンフォンジャムサンド</u> 食パン かぼちゃ
7	火	麦茶 ご飯 魚のりんごソース和え 切り干し大根のサラダ レタスと豚肉のすまし汁	麦茶 米 白切り身魚 りんご かまぼこ 切り干し大根 人参 小松菜 豚肉 レタス ごぼう 人参 深葱	ビスコ	スキムミルク <u>塩昆布蒸しパン</u> 絹豆腐 塩昆布 豆乳	23	木	牛乳 ビビン麺 トマトのサラダ フルーツ杏仁	牛乳 そうめん 豚挽き肉 卵 大根 人参 もやし 葱 かつお節 トマト きゅうり わかめ 杏仁豆腐 みかん缶 りんご缶 パイン缶 もも缶	ビスケット	ココアミルク スナック菓子
8	水	愛情弁当日		クッキー	ミロミルク ドーナツ	24	金	牛乳 ご飯 魚のムニエルマトソースかけ 粉吹き芋 ベーコン入りもずくスープ	牛乳 米 白切り身魚 トマト 玉葱 人参 なす スズキーニ じゃが芋 青のり粉 ベーコン 豆腐 卵 もずく 玉葱 人参 葱	ぜんべい	スキムミルク <u>キャロットゼリー</u> りんごジュース 人参
9	木	麦茶 大根ご飯 にがうり入りかき揚げ 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 押し麦 豚挽き肉 厚揚げ 大根 人参 干し椎茸 いんげん 海苔 しらす えび ちくわ にがうり 玉葱 人参 コーン かぼちゃ キャベツ 玉葱 わかめ いりこ	ビスケット	スキムミルク <u>きな粉パウンドケーキ</u> 卵 牛乳 きな粉	25	土	麦茶 すき焼き丼 海藻サラダ 味噌汁	麦茶 米 豚肉 豆腐 白菜 深葱 糸こんにゃく ツナ 乾燥海藻 きゅうり 人参 もやし 薄揚げ かぼちゃ ごぼう 玉葱 えのき 葱	クラッカー	スキムミルク 果物 お菓子
10	金	麦茶 ごはん 豚肉の漬け焼き コールスローサラダ むらくも汁	麦茶 米 豚肉 玉葱 キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草 パイン缶 卵 玉葱 人参 チンゲン菜	バナナ	スキムミルク <u>ポテトサンド</u> 食パン じゃが芋 コーン パセリ	27	月	麦茶 しらすわかめご飯 豆腐のスープ煮 ちくわの香味フライ いんげんのマヨネーズ和え	麦茶 米 押し麦 しらす わかめ ごま 豆腐 鶏肉 えび さつま揚げ じゃが芋 人参 葱 チンゲン菜 コーン しめじ ちくわ チーズ いんげん もやし	ビスコ	スキムミルク <u>ウィンナーパン</u> ウィンナー 牛乳
11	土	麦茶 ご飯 魚の人参ソース焼き カラフル野菜のチョップドサラダ 海苔汁	麦茶 米 白切り身魚 人参 パセリ 鶏肉 卵 レタス きゅうり トマト パプリカ 豆乳 豆腐 青さ海苔	ぜんべい	スキムミルク 果物 お菓子	28	火	牛乳 胚芽ロールパン 鶏肉のマスタード焼き トマトとブロッコリーのマリネ 卵と野菜のスープ	牛乳 胚芽ロールパン 鶏肉 トマト ブロッコリー 玉葱 卵 ベーコン 大根 キャベツ 人参 玉葱 椎茸	クッキー	スキムミルク アスパラガスビスケット
13	月	牛乳 変わりナポリタン フレンチサラダ コーン卵スープ シュークリーム	牛乳 スパゲティ ベーコン 玉葱 トマト ピーマン エリンギ ほうれん草 きゅうり りんご パイン缶 みかん缶 レーズン 卵 玉葱 コーン パセリ シュークリーム	ビスコ	スキムミルク <u>かぼちゃのボンデケーキ</u> かぼちゃ チーズ 牛乳	29	水	麦茶 ご飯 魚の照り焼き ひじきの和風サラダ 味噌汁	麦茶 米 白切り身魚 ハム ひじき きゅうり 人参 薄揚げ 大根 玉葱 キャベツ わかめ	バナナ	スキムミルク <u>ピザトースト</u> 食パン チーズ ベーコン 玉葱 ピーマン
14	火	麦茶 フルコギ丼 豆腐のサラダ きのこのスープ	麦茶 米 豚肉 玉葱 人参 にら ごま 豆腐 ハム 春雨 きゅうり 人参 カニカマ えのき しめじ 干し椎茸 小松菜	クッキー	スキムミルク <u>ミルククリームパン</u> ロールパン 牛乳	30	木	牛乳 うどん ささみ きゅうり 人参 コーン わかめ 天かす フライドポテト ブロッコリーカレーグチャップからめ カットゼリー	牛乳 うどん ささみ きゅうり 人参 コーン わかめ 天かす フライドポテト ブロッコリー カットゼリー	ビスケット	スキムミルク <u>いなり風おにぎり</u> 米 ごま 油揚げ 食べるいりこ
15	水	牛乳 ご飯 鯖のラビゴットソース じゃが芋のオーロラソース ジュリアンスープ	牛乳 米 鯖切り身 玉葱 トマト きゅうり じゃが芋 コーン ベーコン 玉葱 人参 小松菜 えのき	ビスケット	スキムミルク <u>チヂミ</u> 豚挽き肉 しらす にら コーン	31	金	麦茶 ご飯 おかかふりかけ 鶏肉と里芋の炊き合わせ 春雨サラダ	麦茶 米 かつお節 ごま 鶏肉 里芋 厚揚げ さつま揚げ 切り干し 人参 糸こんにゃく 昆布 春雨 ツナ きゅうり 人参	ぜんべい	スキムミルク <u>パイナップルケーキ</u> パイン缶 卵

※17日(金)は、さくら組さんからのリクエスト献立です！