



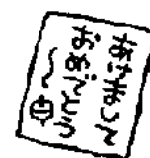
令和8年
1月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

1～4日	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
	ブリッツ	クッキー	ボーロ	あられ	おせんべい	ビスケット
家庭保育	ツナカレー 福神漬け 切干大根のサラダ プチゼリー	ごはん 鶏のやわらか照りつけ 海藻サラダ 高野豆腐のみそ汁 果物	七草ごはん 野菜のみそ炒め かぼちゃサラダ かきたま汁 果物	おせち料理 ほうれん草の白みそ汁 果物	ふりかけごはん 里芋グラタン 大根サラダ 五色汁 果物	牛乳 他人井 炒り大豆、小魚 果物
	五分づき米 ツナ たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース カレーパウダー スキムミルク 小麦粉	切干大根 もやし キャベツ にんじん ちくわ ごま油 三温糖 みかん	五分づき米 七草 ごま油 かぼちゃ にんじん マヨネーズ ごま油	五分づき米 ほうれん草 たまねぎ にんじん しょうゆ みりん ごま油 三温糖 しょうゆ	五分づき米 ふりかけ さといも マカロニ 鶏もも たまねぎ エリンギ にんじん ブロッコリー 小豆 砂糖	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みかん
	おせんべい、チーズ	ビスケット、カステラ	サブレ、炒り大豆、小魚	手作り揚げ餅	手作り するめの天ぷら	クッキー

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
成人の日	ごはん さばの揚げ煮 ほうれん草の白和え じゃがいものみそ汁 果物	ごはん 野菜あんかけ丼 ブロッコリーのごま和え 果物	ごはん 海苔のからあげ シャキシャキれんこん きのこのみそ汁 果物	ごはん ハムサラダフライ キャベツのおかか和え 白菜のみそ汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物
	五分づき米 さば しょうゆ みりん 料理酒 だしこんぶ しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 れんこん にんじん ごま油 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 キャベツ にんじん かつお節 しょうゆ 三温糖 ごま油 しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖
	手作りフルーチェ	ビスケット、ウエハース	手作り きな粉マフィン	クラッカー、芋けんぴ	おせんべい



令和8年
1月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	26日(月)
クッキー	サブレ	あられ	ビスケット	ブリッツ	ビスケット	ボーロ
ごはん 高野豆腐ハンバーグ 切干大根のミルク煮 小松菜のみそ汁 果物	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 千草和え とうがらのみそ汁 果物	ごはん 豚じゃが ごぼうサラダ 鮭のみそ汁 果物	ごはん 鶏ささみのごまフライ チンゲン菜のナムル かぼちゃの豆乳みそ汁 果物	ごはん さわらの幽庵焼き うの花の炒り煮 キャベツのみそ汁 果物	牛乳 鶏井 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 肉団子の甘酢あん きゅうりの小魚和え にら玉汁 果物
五分づき米 切干大根 小松菜 高野豆腐 合戦きんぴら たまねぎ にんじん グリーンピース スキムミルク 豆腐 豆乳 小麦粉 小麦粉 小麦粉	五分づき米 ほうれん草 とうがら にんじん 生揚げ ねぎ だしこんぶ みかん	五分づき米 ごぼう きゅうり にんじん コーン マヨネーズ しょうゆ ごま油 みかん	五分づき米 チンゲン菜 かぼちゃ たまねぎ にんじん しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 さくら ごぼう にんじん 平しいたけ 油揚げ ねぎ しょうゆ みりん 三温糖 スキムミルク みかん	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖	五分づき米 にんじん 生揚げ たまねぎ きゅうり 生わかめ にんじん しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ みりん 三温糖
おせんべい、かりんとう	クッキー、ブリッツ	野菜スティック、レーズン	手作り ヨーグルト	クラッカー、カステラ	クッキー	かりんとう、あられ

27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	☆1月の1日あたり平均栄養価☆
クラッカー	ブリッツ	おせんべい	サブレ	ビスケット	乳児 幼児
ごはん カレーのネギみそ焼き ひじきのサラダ 五目みそ汁 果物	ごはん 手作りコロッケ 小松菜の味噌和え 切干大根のみそ汁 果物	ごはん ぶり大根 もやしの中華和え さつま汁 果物	ごはん 手作り野菜がんもどき 和風コールスロー ほうれん草のみそ汁 果物	牛乳 きつねうどん 炒り大豆、小魚 果物	エネルギー 482kcal 567kcal たんぱく質 18.0g 24.4g 脂質 14.6g 18.5g カルシウム 269mg 342mg 鉄 2.2mg 2.8g 食物繊維 4.1g 5.3g 食塩 1.4g 1.6g
五分づき米 カレー たまねぎ にんじん しめじ 白みそ 三温糖 みりん ねぎ	五分づき米 小松菜 にんじん 絹豆腐 しょうゆ 三温糖 食塩 じゃがいも スキムミルク 小麦粉 パン粉 米油	五分づき米 もやし きゅうり にんじん 高野豆腐 ごぼう 三温糖 しょうゆ ごま油 みかん	五分づき米 キャベツ にんじん きゅうり ごぼう なめこ にんじん ねぎ 小麦粉 しょうゆ 食塩 米油	ゆでうどん 油揚げ しょうゆ 三温糖 ほうれん草 にんじん	※1日の必要栄養量の50% (乳児)、 45% (幼児) を目標としています。
おせんべい、炒り大豆、小魚	おかき、ウエハース	ミルクスティック、チーズ	手作り 豆乳蒸しパン	おせんべい	