

こんたてよていひょう 献立予定表 2026年 1月

	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
ちゅうしょく 昼食						
おやつ						
	5日	6日	7日	8日	☆9日	10日
ちゅうしょく 昼食	白ご飯・豚肉のケチャップ煮 シルバーサラダ 玉ねぎとわかめのみぞ汁	白ご飯・さわらの照り焼き なます 飛鳥汁	白ご飯・根菜つくねの落とし揚げ ほうれん草のごま和え 春雨スープ	白ご飯・豆腐のカクテルソース煮 ごまドレサラダ バナナ	白ご飯・鶏肉の塩麹焼き ポテトサラダ ふのみぞ汁	白ご飯・クリームシチュー ほうれん草とベーコンの炒め物 パイン缶
おやつ	焼きいも	みかん せんべい	黒豆のカップケーキ	さつまいも入りぜんざい	ピザ風トースト	コーンフレーク
	12日	☆13日	☆14日	15日	☆16日	17日
ちゅうしょく 昼食	せいじんひ 成人の日	白ご飯・炒り豆腐 プロッコリー 大根のみぞ汁	白ご飯・カラスカレイのフライ やさい 野菜ソテー	白ご飯・酢豚 中華スープ かぼちゃのみぞ汁	白ご飯・さけの塩焼き ひじきの煮つけ 豚汁	白ご飯・和風ポトフ あらびきワインナー 白菜のおかか和え バナナ
おやつ		うどん焼き	クレープのフルーツ添え	黒糖まんじゅう せんべい	乾パン(幼児) クラッカー(乳児) みかん	豆乳プリンアラモード
	19日	☆20日	☆21日	22日	☆23日	24日
ちゅうしょく 昼食	白ご飯・鶏もも肉のねぎみぞ焼き カルちゃん和え カリフラワーのスープ	白ご飯・ミートソースグラタン フレンチサラダ ペイザンヌースープ	カツカレー プロッコリーサラダ バナナ	白ご飯・豚肉のうま煮 ピーマンとちりめんじゃこの炒り煮 白菜のみぞ汁	白ご飯・かしわのじぶ煮 白菜サラダ ジュリエンヌースープ	白ご飯・すき焼き風煮 わかめスープ オレンジ
おやつ	ココアバナナドーナツ	あずきソフトクッキー	マカロニのみたらしあんかけ	ラスクパン	いよかん せんべい	クラッカーサンド
	26日	☆27日	☆28日	29日	☆30日	31日
ちゅうしょく 昼食	白ご飯・鶏肉の洋風柚庵焼き プロッコリー レタスのすまし汁	白ご飯・ベイクドポテト にんじんグラッセ にらのみぞ汁	白ご飯・チキンカツ ミックスサラダ カレースープ	白ご飯・かぼちゃの五目あんかけ プロッコリー とうきゅう 石狩汁	白ご飯・しろみざかな しそマヨスパゲッティ とうきゅう 豆乳コーンスープ	白ご飯・五目みぞ炒め煮 プロッコリー とうきゅう 豆腐のすまし汁
おやつ	メープルマフィン	スノーカッキー	豆腐のお焼き	ポンカン ピスケット	ちんすこう	パンケーキ

\*おやつには牛乳がつきます。 \*すべての食材に卵・乳製品を使用していません。 \*入荷状況などによりメニューを変更させていただくことがあります。