



1月 献立表 幼児食

*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

*午前おやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。



旭町保育園
(幼児食用)

2026年1月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○午前、◎午後おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
5月	ごはん ひじきのふりかけ コロッケ 切干大根の生姜サラダ 玉ねぎと車麩のみそ汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆かつお節、焼き竹輪、 煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆干しひじき、切干しだい こん、しょうが、昆布だし、 にんじん、コーン、キャベ ツ、たまねぎ	○ソフトせんべい ☆米、コロッケ(乳・卵不使 用)、いりごま、てんさい糖、 油、車ふ ◎ミレービスケット(乳・卵不 使用)
6火	赤飯 えびのすり身団子 黒豆 紅白なます 手まり麩のすまし汁、みかん	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎紅白の蒸しパン	○牛乳 ☆あずき、えびすり身、鶏ひ き肉、木綿豆腐、豚ひき肉、 黒大豆、かつおだし ◎牛乳、豆乳	☆しょうが、かいわれだいこ ん、だいこん、にんじん、きゆ うり、ほうれんそう、たまね ぎ、ねぎ、みかん ◎にんじん	○おこめせんべい ☆米、もち米、いりごま、て んさい糖、てまり麩、かたくり 粉 ◎てんさい糖、油、蒸しパン ミックス(乳・卵不使用)
7水	ごはん チリコンカン風 コールスローサラダ チンゲン菜のスープ	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎七草粥	○牛乳 ☆かつおだし、金時豆、大 豆、豚ひき肉、鶏がらだし ◎かつおだし	○バナナ ☆たまねぎ、にんじん、トマ 缶、キャベツ、きゅうり、コー ン、チンゲンサイ ◎だいこん、だいこんの葉、 かぶの葉、かぶ、七草	☆米、マヨドレ、じゃがい も、油、てんさい糖 ◎米
8木	ごはん さつまいもと豚肉のごまからめ 小松菜の納豆和え 切干大根と人参のみそ汁	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎いちごジャムサンド	○牛乳、かつおだし ☆豚肉、焼かまぼこ、煮 干しだし、米みそ、挽きわ り納豆、チーズ ◎牛乳	○にんじん ☆こまつな、にんじん、たく あん、切干しだいこん、大 葉 ◎いちごジャム	☆さつまいも、薄力粉、か たくり粉、いりごま、黒ご ま、てんさい糖、油 ◎食パン(卵不使用)
9金	ごはん おでん風 白菜とツナのサラダ じゃが芋とわかめのみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎豆乳プリン	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、ツナ、 煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	○オレンジ ☆だいこん、にんじん、は くさい、きゅうり、コーン、た まねぎ、昆布だし、わかめ	☆米、さといも、しらたき、 てんさい糖、じゃがいも ◎プリンの素(乳・卵不使 用)
10土	ごはん ずき焼き煮 ひじきのマヨサラダ さつまいもと玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、煮干し だし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、はくさい、長 ねぎ、昆布だし、干しひじ き、コーン、きゅうり、たま ねぎ	○おこめせんべい ☆米、しらたき、マヨドレ、て んさい糖、さつまいも ◎動物ビスケット(乳・卵不 使用)
13火	カレーライス チョップドサラダ バナナ	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎高野豆腐のココアス ティック	○牛乳 ☆豚肉、ひよこまめ、ツナ、 カレーウ ◎牛乳、高野豆腐、きな粉、 豆乳	☆にんじん、たまねぎ、に んにく、ブロッコリー、赤 ピーマン、きゅうり、コー ン、バナナ	○ソフトせんべい ☆米、じゃがいも、マヨド レ、油 ◎油、かたくり粉
14水	ごはん マーボーなす 春雨サラダ ワンタンスープ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳、かつおだし ☆かつおだし、豚ひき肉、 かにかま、鶏がらだし、赤 みそ ◎牛乳	○にんじん ☆なす、長ねぎ、たまね ぎ、しょうが、コーン、ピー マン、にんにく、きゅうり、 にんじん、キャベツ、はくさ い	☆米、ワンタン、かたくり 粉、てんさい糖、はるさ め、ごま油 ◎こつぶじゃがあられ (乳・卵不使用)
15木	8分づきごはん しらすのかき揚げ 冷しゃぶサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎フルーツポンチ	○牛乳 ☆しらす、豚肉、絹ごし豆 腐、かつおだし ☆牛乳、カクテルゼリー	○バナナ ☆切干しだいこん、にんじん、 しょうが、たまねぎ、キャベツ、 きゅうり、わかめ、長ねぎ ◎バナナ、りんご、みかん缶、 パイナップル缶	☆8分づき米、マヨドレ、さ つまいも、薄力粉、かたく り粉、油、てんさい糖、い りごま ◎てんさい糖
16金	ごはん 鶏肉のマヨパン粉焼き 変わりきんぴら 大根と春菊のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎お茶 ◎いなりうどん	○牛乳 ☆鶏肉、焼き竹輪、煮干し だし、米みそ ◎油揚げ、かつおだし	○オレンジ ☆にんにく、パセリ、れんこ ん、ごぼう、にんじん、だいこ ん、キャベツ、しゅんぎく、昆 布だし ◎にんじん、長ねぎ	☆米、マヨドレ、パン粉、し らたき、てんさい糖、ごま 油 ◎干しうどん
17土	ごはん 肉じゃが風 マカロニサラダ キャベツと人参のみそ汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎りんごのタルト	○牛乳 ☆豚肉、さつまいも揚げ、煮干 しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、 きゅうり、キャベツ、昆布だ し	○おこめせんべい ☆米、じゃがいも、マヨドレ、 油、てんさい糖、マカロニ ◎りんごのタルト(乳・卵不 使用)





1月 献立表 幼児食



*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

*午前おやつは0歳児クラスの内容です。1歳児クラスは牛乳のみを提供します。

旭町保育園
(幼児食用)

2026年1月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○午前、◎午後おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
19月	5分つきごはん 干しえびのふりかけ 車麩の旨煮 切干大根の中華サラダ じゃが芋とわかめのすまし汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎マカロニきな粉	○牛乳 ☆干しえび、鶏肉、焼き竹輪、かつおだし ◎牛乳、きな粉	☆あおのり、はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、切干しだいこん、レタス、コーン、わかめ	○ソフトせんべい ☆半つき米、いりごま、車ふ、てんさい糖、ごま油、じゃがいも ◎マカロニ、てんさい糖
20火	中華丼 ポテトサラダ オレンジ	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎きなこおかし	○牛乳、かつおだし ☆かつおだし、おから、豚肉、むきえび(2歳以上児のみ)、焼きかまぼこ、ツナ ◎牛乳	○にんじん ☆にんじん、はくさい、もやし、干しいたけ、長ねぎ、たけのこ、しょうが、コーン、きゅうり、たまねぎ、オレンジ	☆米、かたくり粉、ごま油、てんさい糖、マヨドレ、じゃがいも ◎きなこおかし(乳・卵不使用)
21水	お弁当の日 (0、1歳児クラスは給食です) ごはん ひき肉の野菜炒め 春雨マヨサラダ 大根と人参のすまし汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎コーンラーメン	○牛乳 (☆豚ひき肉、かつおだし) ◎牛乳、豚肉、米みそ、かつおだし	(☆にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、きゅうり、だいこん) ◎コーン、にら、にんじん	○おこめせんべい (☆米、油、マヨドレ、てんさい糖、はるさめ) ◎中華めん、ごま油
22木	ごはん 揚げはす団子 豆腐と水菜のサラダ さつま芋とほうれん草のみそ汁	○牛乳 ○バナナ ◎牛乳 ◎ココアとマーマレードの蒸しパン	○牛乳 ☆ツナ、木綿豆腐、かにかま、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	○バナナ ☆れんこん、にんじん、みずな、わかめ、たまねぎ、ほうれんそう、昆布だし ◎オレンジマーマレード	☆米、パン粉、かたくり粉、油、てんさい糖、さつまいも ◎油、蒸しパンミックス(乳、卵不使用)
23金	ごはん 里芋のミートソース煮 ブロッコリーとカリフラワーのサラダ 白菜としめじのスープ	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎りんごゼリー	○牛乳 ☆豚ひき肉、ツナ、鶏がらだし ◎牛乳	○オレンジ ☆たまねぎ、干しいたけ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、にんじん、寒天、はくさい、ぶなしめじ ◎りんごジュース、りんご缶	☆米、さといも、マヨドレ、マカロニ、油、てんさい糖 ◎ゼリーの素
24土	ごはん マーボー豆腐 切干大根のサラダ わかめと玉ねぎのすまし汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき肉、かつおだし、赤みそ ◎牛乳	☆長ねぎ、しょうが、たまねぎ、コーン、にんにく、切干しだいこん、にんじん、きゅうり、わかめ	○おこめせんべい ☆米、ごま油、かたくり粉、てんさい糖、おつゆふ ◎ミレービスケット(乳・卵不使用)
26月	ごはん ハタハタのカレー揚げ (1歳児はかれのいカレー揚げ) 春菊の白和え じゃが芋とえのきのみそ汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎お茶 ◎牛肉とコーンのチャーハン	○牛乳 ☆はたはた(1歳児はかれのい)、絹ごし豆腐、油揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛肉	☆干しひじき、こまつな、にんじん、しゅんぎく、ぶなしめじ、たまねぎ、えのきたけ、昆布だし ◎コーン、たまねぎ、にんにく、パセリ	○ソフトせんべい ☆米、薄力粉、かたくり粉、油、てんさい糖、いりごま、じゃがいも ◎米、油
27火	高野豆腐のそぼろ丼 めった汁 いちご	○牛乳 ○人参煮(輪切り) ◎牛乳 ◎カレートースト	○牛乳、煮干しだし ☆高野豆腐、鶏ひき肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、ツナ	○にんじん、昆布だし ☆たまねぎ、にんじん、干しいたけ、たけのこ、さやいんげん、だいこん、はくさい、長ねぎ、昆布だし、いちご ◎たまねぎ、パセリ	☆米、ごま油、マヨドレ、てんさい糖、さつまいも、しらたき ◎食パン(卵不使用)
28水	ごはん 酢豚 おかひじきともやしのおかか和え 豆腐となめこのすまし汁	○牛乳 ○バナナ ◎お茶 ◎肉すい風うどん	○牛乳 ☆豚肉、かつお節、かつおだし、絹ごし豆腐 ◎牛肉、かつおだし	○バナナ ☆にんじん、たまねぎ、ピーマン、はくさい、干しいたけ、おかひじき、もやし、きゅうり、なめこ ◎長ねぎ、にんじん	☆米、じゃがいも、薄力粉、かたくり粉、油、てんさい糖 ◎干しうどん
29木	ごはん しらすのふりかけ かぼちゃの豆腐グラタン 小松菜のさっぱり和え 大根と豚肉のみそ汁	○牛乳 ○オレンジ ◎牛乳 ◎麩のラスク	○牛乳 ☆しらす、絹ごし豆腐、かつおだし、豆乳、豚肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、バター、きな粉	○オレンジ ☆青のり、たまねぎ、コーン、かぼちゃ、こまつな、たくあん、だいこん、しめじ、パセリ、昆布だし、かいわれ大根、きゅうり	☆米、いりごま、マヨドレ、マカロニ、パン粉、油、米粉 ◎てんさい糖、おつゆふ
30金	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのサラダ 白菜と麩のみそ汁	○牛乳 ○ソフトせんべい ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆豚肉、ツナ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆たまねぎ、もやし、しょうが、干しひじき、赤ピーマン、キャベツ、はくさい、昆布だし、赤ピーマン	○ソフトせんべい ☆米、油、てんさい糖、マヨドレ、おつゆふ ◎動物ビスケット(乳・卵不使用)
31土	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ 大根と人参のすまし汁	○牛乳 ○おこめせんべい ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆豚肉、かつおだし、赤みそ ◎牛乳	☆にんじん、キャベツ、ピーマン、にんにく、干しいたけ、きゅうり、しょうが、だいこん	○おこめせんべい ☆米、油、てんさい糖、はるさめ、ごま油 ◎こつぶじゃがあられ(乳・卵不使用)