



## 給食予定献立表



2026年1月 エンゼル幼稚園

日	曜日	献立名	ざ い り ょ う				その他
			赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
8	木	ごはん 鶏肉の塩麹焼き なます すまし汁 りんごゼリー	鶏肉  豆腐	大根,人参,胡瓜 玉ねぎ,しめじ,人参,ほうれん草	米  砂糖  りんごゼリー	塩麹 酢,塩 醤油,塩	
9	金	青菜ごはん 肉団子スープ マカロニサラダ マスカットゼリー	鶏肉,豚肉,豆腐	生姜,玉ねぎ,白菜,人参,えのき,ねぎ 胡瓜,人参,コーン	米 片栗粉,春雨 マカロニ,マヨドレ マスカットゼリー	菜飯の素 塩,酒,醤油,みりん 塩	
13	火	ごはん 煮込みハンバーグ 和風ポテトサラダ コンソメスープ オレンジゼリー	合挽肉,豆腐 枝豆,かつお節	玉ねぎ 玉ねぎ,人参 大根,人参,玉ねぎ	米 片栗粉,パン粉,砂糖 じゃがいも  オレンジゼリー	塩,ソース,ケチャップ,コンソメ 塩,酢,酒,みりん,醤油 コンソメ,塩	
14	水	焼きそば ブロッコリーサラダ ジョア	豚肉,かつおぶし,青のり ジョア	人参,玉ねぎ,キャベツ,ピーマン ブロッコリー, 人参,コーン	中華そば,油 マヨドレ	ソース 塩	
15	木	クッキングイベント【ホットケーキ】(年中)					
		ホットケーキ 豚丼 さつまいもサラダ りんごゼリー	卵,生クリーム 豚肉	黄桃  玉ねぎ,えのき,人参,ねぎ 胡瓜,人参	ホットケーキ,ジャム チョコレートシロップ 米,油,砂糖 さつまいも,マヨドレ りんごゼリー	酒,醤油 塩	
16	金	クッキングイベント【ホットケーキ】(年少)					
		ホットケーキ わかめごはん ポトフ スパゲティサラダ ぶどうゼリー	卵,生クリーム わかめ 鶏肉	黄桃  大根,玉ねぎ,キャベツ,人参,ブロッコリー 人参,ほうれん草,コーン	ホットケーキ,ジャム チョコレートシロップ 米 じゃがいも スパゲティ,マヨドレ ぶどうゼリー	塩,コンソメ 塩	
19	月	クッキングイベント【ホットケーキ】(年長)					
		ホットケーキ 麻婆丼 南瓜サラダ りんごジュース	卵,生クリーム 豆腐,豚肉 枝豆	黄桃  玉ねぎ,人参,生姜 南瓜,コーン りんごジュース	ホットケーキ,ジャム チョコレートシロップ 米,砂糖,片栗粉,ゴマ油 マヨドレ	ガラスープ,醤油,酒 塩	
20	火	クッキングイベント【ホットケーキ】(2歳)					
		ホットケーキ 中華丼 春雨中華サラダ オレンジゼリー	卵,生クリーム 豚肉,ちくわ(卵なし)	黄桃  玉ねぎ,白菜,人参,ピーマン,しいたけ 人参,胡瓜	ホットケーキ,ジャム チョコレートシロップ 米,ゴマ油,片栗粉 春雨,砂糖,ゴマ油 オレンジゼリー	ガラスープ,醤油,酒 酢,醤油	
21	水	冬野菜チキンカレー コールスローサラダ みかん	鶏肉	大根,白菜,玉ねぎ,しめじ,人参 キャベツ,胡瓜,人参,コーン みかん	米,じゃがいも,油 マヨドレ	カレールウ 塩	
22	木	ピビンバ わかめスープ マスカットゼリー	豚肉,味噌,卵,のり わかめ,豆腐	生姜,にんにく,もやし,人参,ほうれん草 玉ねぎ,人参,ねぎ	米,砂糖,ゴマ油  マスカットゼリー	醤油 ガラスープ,醤油,塩	
23	金	ミートスパゲティ ほうれん草サラダ ヨーグルトゼリー	合挽肉 ちくわ(卵なし) ヨーグルトゼリー	玉ねぎ,人参,ピーマン,にんにく,パセリ ほうれん草,人参	スパゲティ,油,砂糖 砂糖,マヨドレ	ケチャップ,コンソメ,塩,ソース 醤油	
26	月	ごはん クリームシチュー 白菜昆布和え ぶどうゼリー	鶏肉 塩昆布	南瓜,玉ねぎ,人参,ブロッコリー 白菜,胡瓜,人参	米 じゃがいも,油 砂糖,ゴマ油 ぶどうゼリー	クリームシチュールウ 醤油	
27	火	ごはん チキンカツ ポテトサラダ みそ汁 米粉マフィン	鶏肉 枝豆 豆腐,わかめ,味噌	人参,コーン 大根,人参,玉ねぎ	米 小麦粉,パン粉,油 じゃがいも,マヨドレ  米粉のアップケーキ	ケチャップ,ソース 塩	
28	水	ごはん 肉味噌おでん ひじきサラダ りんごゼリー	鶏肉,厚揚げ,さつま揚げ,味噌 ひじき	大根,人参 胡瓜,人参,コーン	米 じゃがいも,さといも,こんにゃく,砂糖 マヨドレ りんごゼリー	酒,みりん,醤油 醤油	
29	木	てりやきマヨトースト ぶどうジュース	鶏肉	コーン,パセリ ぶどうジュース	食パン,マヨドレ		
30	金	ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジゼリー	豚肉,枝豆	玉ねぎ,人参,しめじ ブロッコリー, 人参,コーン	米,油 マヨドレ オレンジゼリー	ハヤシルウ 塩	

献立種類	園児		
栄養素	I単位 -	蛋白質	脂質
平均栄養価	469 kcal	14.7 g	8.8 g
目標栄養価	380 kcal	13.0 g	9g ~13 g