



1月献立表

令和8年1月1日 社会福祉法人三心会 織笠保育園

日	曜 日	おやつ (未満児)	アレルギー児 おやつ(未満児)	献立名	アレルギー対応食材	おやつ (未満児・以上児)	アレルギー児おやつ (未満児・以上児)
1	木			年始休み			
2	金			年始休み			
3	土			年始休み			
4	日						
5	月	牛乳 サッポロポテト		ご飯・ミートローフ・スパゲッティソテー 茹でブロッコリー・スープ・バナナ		牛乳🍷ポテコ 🍷おととと	
6	火	牛乳 クラッカー		中華風鶏の混ぜご飯・タラの天ぷら もやし中華和え・じゃが芋味噌汁・みかん(りんご)	魚豚天ぷら・昆布出汁 ごまごま油除去	★苺のミルクババロア	
7	水	牛乳 たべっこ動物		ご飯・ミートグラタン・マカロニサラダ・トマト 大根味噌汁・バナナ	魚昆布出汁	牛乳 野菜スナック	
8	木	牛乳 おととと		ご飯・鮭のムニエル・カレービーフン きゅうりスティック・厚揚げ味噌汁・オレンジ (バナナ)	魚豚バター焼き・昆布出汁	りんごジュース 塩せんべい	
9	金	牛乳 白い風船		ご飯・豚肉の味噌炒め・レンコンサラダ かぼちゃ煮・スープ・みかん(りんご)		牛乳★🍷揚げパン ★🍷白パン	
10	土	麦茶・ビスケット		タコライス・スープ・バナナ		麦茶・とんがりコーン	
11	日						
12	月			成人の日			
13	火	牛乳 サッポロポテト		ご飯・鮭唐揚げ・醤油フレンチ・粉ふき芋 どさんこ汁・バナナ	魚豚唐揚げ・ちくわ除去 昆布出汁	牛乳★🍷ココアクッキー ★🍷クッキー	
14	水	牛乳 野菜スナック		麻婆丼・ハムカツ・白菜昆布和え・若布味噌汁 オレンジ(りんご)	魚昆布出汁	ヨーグルト クラッカー	
15	木	りんごジュース たべっこ動物		ガパオライス・ボイルウインナー・茹でブロッコリー スープ・いちご (みずき団子)		牛乳★🍷みずき団子 ★🍷パウンドケーキ	
16	金	牛乳 とんがりコーン		ご飯・メンチカツ・コールスローサラダ・トマト 厚揚げ味噌汁・バナナ	魚昆布出汁	牛乳 ぼたぼた焼きせんべい	
17	土	麦茶・おととと		中華丼・スープ・バナナ		麦茶・ぱりんこ	
18	日						
19	月	牛乳 白い風船		ご飯・鶏照り焼き・春雨ソテー・さつまいも煮 なめこ汁・バナナ	魚昆布出汁	牛乳 サッポロポテト	
20	火	牛乳 とんがりコーン		カレーライス・チキンナゲット・フレンチサラダ スープ・りんご	魚昆布出汁	牛乳 ★フルーツサンド(苺)	
21	水	牛乳 野菜スナック		ご飯・タラの黄金焼き・かぼちゃ天ぷら おかか和え・豆腐味噌汁・オレンジ(バナナ)	魚豚黄金焼き おかか除去・昆布出汁	🍷ジョア🍷りんごジュース ぱりんこ	
22	木	牛乳 たべっこ動物		ご飯・鶏竜田揚げ・きのこスパゲッティ・トマト 大根味噌汁・りんご		牛乳 ★かぼちゃケーキ	
23	金	牛乳 おととと		ご飯・豚肉のソース焼き・中華サラダ・🍷枝豆 🍷粉ふき芋・高野豆腐味噌汁・オレンジ	魚昆布出汁 ごまごま油除去	牛乳 とんがりコーン	
24	土	麦茶・クラッカー		ドライカレー・スープ・バナナ(2歳児保護者参観)		麦茶・塩せんべい	
25	日						
26	月	牛乳 白い風船		ご飯・タンドリーチキン・シルバーサラダ トマト・スープ・バナナ		牛乳🍷歌舞伎揚げ 🍷ぱりんこ	
27	火	牛乳 おととと		ご飯・鮭の香味焼き・ひじきの煮物 さつま芋天ぷら・豆腐味噌汁・みかん(りんご)	魚豚香味焼き・昆布出汁	ヨーグルト ビスケット	
28	水	牛乳 クラッカー		ご飯・肉じゃが・ちくわきんぴら・若布サラダ そうめん汁・バナナ	魚ちくわ除去・昆布出汁 ごまごま・ごま油除去	牛乳 ★豆腐スコーン	
29	木	牛乳 ぱりんこ		誕生会豚とコーンの味噌バター丼・鶏竜田揚げ ブロッコリーサラダ・フライドポテト・スープ・いちご		★🍷ぶどうゼリー ★🍷りんごゼリー	
30	金	牛乳 たべっこ動物		ご飯・タラオランダ揚げ・マカロニナポリ ブロッコリーソテー・スープ・バナナ	魚鶏天	牛乳 ★チーズ蒸しパン	
31	土	麦茶・ビスケット		麻婆丼・スープ・バナナ		麦茶・サッポロポテト	

1月平均摂取エネルギー(以上児:589kcal・未満児:515kcal)たんぱく質(以上児 21g・未満児 18g)

※ご家庭での食事において変化等がありましたらお知らせください。

※献立表の🍷🍷の表示は以上児(3・4・5歳児)・未満児(0・1・2歳児)のメニューです。()の果物は0・1歳児です。

※ハム・ベーコン・ウインナー・ちくわ・かまぼこ・マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。(卵以外のアレルギーは個別に対応しています。)

※お箸、おしぼりセットは毎日きれいにして持たせてください。※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。