

令和8年

1月 給食献立表

第二福田保育園

	曜日	三未 10時おやつ	昼食献立名	三未加算食	3時おやつ	材料と体内での働き		
						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
15	木	牛乳 乳ホーロ	ラーメン ナムル バナナ		お茶 鮭おにぎり	乳ホーロ・中華麺・ごま油	牛乳・豚もも肉・中みそ なると・焼き豚・カニマ 塩鮭	やっこねぎ・人参・きゅうり もやし・コーン・わかめ・バナナ やっこねぎ
16	金	牛乳 ビスコ	鶏肉のさっぱり焼き ハムのあえもの のっぺい汁		牛乳 いちごシュークリーム	ビスコ・里芋・ごま油 グラニュー糖・薄力粉 強力粉	牛乳・鶏もも肉・ハム 木綿豆腐・ちくわ・油揚げ バター・卵・生クリーム	キャベツ・人参・きゅうり 板こんにやく・玉ねぎ いちごジャム
17	土	牛乳 ウエハース	豚汁うどん 和風和え オレンジ		牛乳 菓子	ウエハース・干しうどん 里芋・菓子	牛乳・豚もも肉・ちくわ 油揚げ・中みそ	人参・玉ねぎ・板こんにやく やっこねぎ・キャベツ・小松菜 コーン・オレンジ
5 19	月	牛乳 ビスケット	グリルチキン ゆかりあえ もみのり		牛乳 塩焼きそば	ビスケット・米粉・中華麺	牛乳・鶏もも肉・豚もも肉	キャベツ・人参・きゅうり・コーン 玉ねぎ・にら・ゆかり・もみのり
6 20	火	牛乳 ミドーナツ	ハヤシライス ユールスローサラダ りんご		牛乳 菓子・するめ	ミドーナツ・ハヤシウ・菓子	牛乳・豚もも肉・さきいか	人参・玉ねぎ・マッシュルーム グリーンピース・キャベツ・きゅうり りんご
7 21	水	牛乳 せんべい	鮭の塩焼き かぶの磯和え みそ汁		牛乳 フライドポテト	せんべい・じゃが芋 フライドポテト	牛乳・塩鮭・塩昆布 油揚げ・中みそ	かぶ・かぶの葉・人参・玉ねぎ きゅうり・洗いもずく やっこねぎ
8 22	木	牛乳 乳ホーロ	豚肉の甘辛炒め 五色あえ オレンジ		牛乳 きなこクリームサンド	乳ホーロ・ロイヤルブレッド グラニュー糖	牛乳・豚もも肉・バター きなこ	玉ねぎ・人参・小松菜・もやし しめじ・コーン・オレンジ
⑨ 23	金	牛乳 ウエハース	タンドリーチキン ごま塩サラダ ポトフ		9日 牛乳・いもきんとん 23日 牛乳・たこやき	ウエハース・カレー粉・白ごま ごま油・コンソメ・菓子 23日 たこ焼き粉・天かす お好みソース・マヨレ	牛乳・鶏もも肉・じゃが芋 ブレンヨーグルト・ウインナー チーズ 23日 かつお節・たこ	人参・もやし・きゅうり・玉ねぎ キャベツ 23日 紅シヨウガ・キャベツ やっこねぎ・青のり
10 24	土	牛乳 ビスケット	みそラーメン ナムル バナナ		牛乳 菓子	ビスケット・中華麺・ごま油 菓子	牛乳・豚もも肉・中みそ	もやし・キャベツ・人参・コーン きゅうり・バナナ
26 月		牛乳 ビスコ	鶏肉の竜田揚げ 大根サラダ すまし汁		牛乳 いももち	ビスコ・片栗粉・マヨレ おつゆ麩・じゃが芋	牛乳・鶏もも肉 ツナ水煮缶	大根・人参・キャベツ・玉ねぎ わかめ・やっこねぎ
13 27	火	牛乳 バームクーヘン	鶏肉の中華風照り煮 ばんさんすう 中華スープ		牛乳 ブラウニー	バームクーヘン・オイスターソース ごま油・春雨・米粉 コーンスターチ・純ココア ベーキングパウダー	牛乳・鶏もも肉・絹豆腐 木綿豆腐・バター	きくらげ・きゅうり・人参 玉ねぎ・もやし・わかめ
14 28	水	牛乳 せんべい	さわらのネギソースかけ しらすあえ 納豆	オレンジ	牛乳 菓子・昆布	せんべい・菓子・ごま油	牛乳・さわら・ちりめん 納豆・昆布	やっこねぎ・キャベツ・小松菜 人参・バナナ
29 木		牛乳 ウエハース	わかめごはん けんちん汁 白菜のおひたし		牛乳 ぜんざい	ウエハース・里芋・ごま油 星たべよ・粒あん こしあん	牛乳・豚もも肉・ちくわ かつお節	わかめごはんの素・しめじ まいたけ・人参・玉ねぎ 大根・やっこねぎ・小松菜 白菜
30 金		牛乳 ミドーナツ	ピラフ クリームシチュー マカロニサラダ		牛乳 菓子・チーズ	ミドーナツ・さつま芋・菓子 じゃが芋・シチューの素 マカロニ・マヨレ・コンソメ	牛乳・バター・チーズ 鶏もも肉・ツナ水煮缶	人参・玉ねぎ・白菜・しめじ グリーンピース・きゅうり・キャベツ コーン・ピーマン
31 土		牛乳 ビスケット	肉うどん ツナのあえもの バナナ		牛乳 菓子	ビスケット・干しうどん マヨレ・菓子	牛乳・豚もも肉 ツナ水煮缶・かまぼこ	ほうれん草・キャベツ・人参 きゅうり・バナナ

☆9日（金） 誕生日会特別献立 3時のおやつ 赤飯 ふりの照り焼き 筑前煮 紅白なます
いもきんとん

※アレルギーについて

- ・平天、ちくわ、なると、かまぼこ、ウインナー、ハム、ベーコンは卵不使用のものを使用しています。
- ・アレルギー児のマヨネーズの代替食は卵不使用のノンエッグマヨを使用しています。

🎊お正月について🎊

お正月は新しい年の幸せをもたらす為にやってくる、年神様を家族みんなでお迎えし、お祝いする行事の事です。
お正月は1月1日(元旦)～1月7日までの事を言います。
お正月の挨拶「あけましておめでとうございます」の意味は、年の初めに神様を無事に家にお迎えできたことへの喜びと祝福を表す意味があります。
お正月にはおせちやお雑煮など縁起の良い食べ物を食べます。お雑煮は地域によってお餅の形が違ったり、味が違ったりと色々なお雑煮があります。
岡山県は丸餅にブリを入れたすまし汁の雑煮が定番です。

🍱おせち料理🍱

おせち料理というとお正月に食べる料理と思いますが、実は昔は節句(3月3日・5月5日)に食べる料理の事を「おせち」と呼んでいました。なぜ、今はお正月におせちを食べるようになったかというと、毎日家事で忙しいお母さんたちが、お正月の3日くらいは家事を休めるように、お祝いの意味もあり、保存もきくおせちを作るようになりました。おせちは地域や家庭によって作る料理、お重の数、詰め方が違います。さらにおせち料理には、1つ1つ意味がある事を知っていただけませんか？
黒豆…今年も1年マメに元氣よく働けますように
田作り…豊作を祈る
エビ…腰が曲がるまで健康で長生きしますように
数の子…子宝に恵まれるように
きんとん…漢字で「金団」と書くため金運を呼ぶ