

1月献立表

聖隷のお保育園 2026年1月乳児食

◎は、かみかみメニューです


◇お料理で全国制覇◇

今月の滋賀県は日本最大の湖である琵琶湖を中心に、豊かな自然と、国宝『彦根城』や世界文化遺産の『比叡山延暦寺』などの歴史的建造物が魅力の観光地です。滋賀農業公園ブルーメの丘や琵琶湖博物館など、子どもと楽しめるところもたくさんあります！給食で提供される「じゅんじゅん」は、すき焼き風に味付けした鍋料理です。また「丁稚ようかん」は、小豆・砂糖 で作った餡に小麦粉や米粉を混ぜ蒸して作られますが、一般的なようかんは寒天を使用して作られます。


♪ しがけんうまいものうた ♪ * 大坂うまいものの歌の替え歌です *

しがには うまいもんが ようけ あるで じゅーんじゅーん でっちようかん


しがには きんまいところが ようけ あるで ひーこねじょーう びーわーこー



じゅんじゅん



でっちようかん



	5	6	7	8	9	10
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	お茶 紫いもチップ	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー	
昼食	ゆかりご飯 鱈の幽庵焼き もやしとわかめのナムル みそ汁（大根・玉葱） パイン お茶	ご飯 豚肉と厚揚げのしょうが炒め たまごサラダ みそ汁（もやし・油揚げ） オレンジ お茶	あんかけうどん ぶどう豆 ツナ和え メロン お茶	冬野菜カレー ◎'ごぼうサラダ チーズ キウイ お茶	ロールパン 鮭フライ キャベツのドレッシング和え 押し麦入りスープ バナナ 牛乳	
おやつ	牛乳 やわらかサブレ・おかき	牛乳 ☆ドーナツ/いちご蒸しパン	お茶 七草粥	牛乳 チーズホットケーキ	牛乳 たまごせんべい・かりんとう	
エネルギー(kcal)	424	559	306	503	517	
蛋白質(g)	14.6	19.4	12.3	18.0	20.8	
脂質(g)	14.9	23.7	6.7	19.4	20.2	
食塩相当量(g)	1.2	1.3	1.1	1.8	1.6	

	12	13	14	15	16	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ		お茶 ミニ野菜スティック	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 クッキー	
昼食		黒糖ロール 鱈のチーズパン粉焼き ブロッコリーのサラダ チキンと小松菜のシチュー バナナ 牛乳	タコライス さつま芋の甘煮 みそ汁（大根・豆腐） パイン お茶	こぎつねうどん ◎ちくわの磯辺揚げ キャロットマリネ バナナ お茶	ご飯 中華風厚焼き卵 和風ポテトサラダ みそ汁（小松菜・玉葱） みかん お茶	
おやつ		お茶 いなり寿司	豆乳 ヨーグルト・プチクッキー	お茶 お好み焼き	牛乳 ☆メロンパン/きな粉サンド	
エネルギー(kcal)		499	494	436	529	
蛋白質(g)		21.5	19.9	17.3	20.3	
脂質(g)		16.5	9.9	12.4	18.6	
食塩相当量(g)		1.5	1.0	1.7	1.2	

	19	20	21	22	23	24
	月	火	水	木	金	土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 クッキー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	
昼食	ご飯 じゅんじゅん 金時煮豆 キャベツのごま和え メロン お茶	ご飯 鶏の唐揚げ（のり塩） 三色和え みそ汁（白菜・玉葱） バナナ お茶	バターパン ポークビーンズ スパゲティサラダ キャベツのスープ キウイ 牛乳	鶏中華そば バイクドじゃが ◎切干大根のはりはり漬け オレンジ お茶	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 白菜の昆布和え すまし汁（素麺・ほうれん草） パイン お茶	
おやつ	お茶 丁稚羊羹	牛乳 さつま芋とりんごのパンケーキ	お茶 きなこのおはぎ	牛乳 ジャムロールサンド	牛乳 バナナクレープ	
エネルギー(kcal)	415	548	486	473	428	
蛋白質(g)	14.9	17.6	18.2	19.7	16.5	
脂質(g)	8.0	20.2	18.2	12.5	13.5	
食塩相当量(g)	1.1	1.4	1.2	1.5	1.0	

	26	27	28	29	30	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 クッキー	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	ご飯 松風焼き ◎根菜サラダ かきたま汁（青菜） バナナ お茶	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き 芋コーンサラダ 白菜のスープ パイン 牛乳	ご飯 鯖のごま焼き 納豆和え みそ汁（キャベツ・油揚げ） バナナ お茶	焼きそば チーズ ほうれん草とささみサラダ わかめスープ キウイ お茶	ご飯 ぶりの塩こうじ焼き 人参しりしり みそ汁（小松菜・白菜） オレンジ お茶	
おやつ	牛乳 ふかし芋	お茶 おにぎり（塩昆布）	牛乳 あべ川マカロニ	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	牛乳 ヨーグルト・ウエハース	
エネルギー(kcal)	485	488	481	523	467	
蛋白質(g)	19.7	19.3	21.8	18.9	21.6	
脂質(g)	13.2	18.4	16.5	24.9	15.6	
食塩相当量(g)	0.9	1.5	1.2	1.7	1.2	

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。
献立の内容は、そちらで確認が出来ます。

懇談会

☆印のついている献立について
うさぎ／ひよこ・りす になります。
成長に合わせて献立変更しています。

※中期食について
おやつは付きません
食パンの日は、お粥になります



献立の内容は、そちらで確認が出来ます。



懇談会