

がつよていこんだてひょう
1月予定献立表



かみかみメニューには◎がつけてあります				2026年1月 聖隷こども園桜ヶ丘		幼児		乳児	
日 付	曜 日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	木	ねんしきゅうか 年始休暇							
2	金								
3	土								
5	げつ 月	ほいく はじ 保育始め	ごはん とりにく て や 鶏肉の照り焼き ひじき煮 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) パイン缶 お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	541	11.8	433	11.5
6	か 火		ごはん ちゅうかたまごや 中華卵焼き ◎金平ごぼう みそ汁(青菜・油あげ) みかん お茶	チーズ お茶	◎ビスコッティ ぎゅうにゅう 牛乳	21.3	1.8	18.2	1.6
7	すい 水		とうにゅう 豆乳パン さかな こ や 魚のパン粉焼き スパゲティサラダ コンソメスープ パナナ ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	525	14.2	491	16.3
8	もく 木		こぎつねうどん む かぼちゃ 蒸し南瓜 ブロッコリーのごま和え オレンジ とうにゅう 豆乳	せんべい お茶	マカロニきなこ ぎゅうにゅう 牛乳	23.1	1.6	21.4	1.4
9	きん 金		ごはん てづく あ 手作りさつま揚げ ほうれん草サラダ すまし汁(大根・豆腐) メロン お茶	お茶	お茶	590	17.2	487	15.6
10	ど 土		パン2種 トマトシチュー フルーツ とうにゅう 豆乳	ヨーグルト	あんまん	26.7	1.5	23.6	1.3
12	げつ 月	せいじん ひ 成人の日				514	15.4	442	13.3
13	か 火		とうにゅう 豆乳パン ハンバーグ あおな 青菜のソテー パンプキンスープ パナナ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	22.6	1.6	19.2	1.3
14	すい 水		ごはん にぎかな 煮魚 ◎ごぼうのマリネ みそ汁(大根・えのき) パイン缶 お茶	バナナ	プリン	456	13.8	411	12.4
15	もく 木		とりちゅうか 鶏中華そば はくさい 白菜サラダ チーズ メロン とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	15.2	1.3	13.3	1.1
16	きん 金		ごはん とりにく みそづ や 鶏肉の味噌漬け焼き あつあ だいこん に もの 厚揚げと大根の煮物 すまし汁(白菜・麴) はくさい ふ オレンジ お茶	お茶	お茶	—	—	—	—
17	ど 土		ぶたどん 豚丼 フルーツ みそ汁(豆腐・もやし) お茶	お茶	お茶	648	20.7	594	22.1
19	げつ 月		ごはん さかな や 魚のごま焼き さつま芋サラダ あすかじる 飛鳥汁 パナナ お茶	クラッカー	おにぎり	26.4	1.4	24.3	1.3
20	か 火		しよく 食パン ベイクドポテト ブロッコリー しやけあおな 鮭と青菜のシチュー キウイ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	お茶	628	13.3	463	12.4
21	すい 水		ごはん とりにく のりや 鶏肉のレモンしょうゆ焼き キャロットサラダ なつとうしる 納豆汁 パイン缶 お茶	チーズ お茶	ジャムサンド	24.0	1.6	19.0	1.7
22	もく 木		ふゆやさい 冬野菜カレーうどん ◎はりはりサラダ トマト メロン とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	638	28.4	554	23.6
23	きん 金		ごはん あつあ や 厚揚げのソースマヨ焼き きゅうり 胡瓜とわかめの中華和え とんじる 豚汁 みかん お茶	ヨーグルト	ちんすこう	24.5	1.9	21.5	1.5
24	ど 土		や 焼きそば ちゅうか 中華スープ ゼリー フルーツ とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	508	9.6	418	8.7
26	げつ 月		ごはん とりにく のりや 鶏肉の海苔焼き はくさい 白菜のゆかり和え みそ汁(豆腐・青菜) メロン お茶	ビスケット	焼きいも	21.2	1.8	17.2	1.5
27	か 火		とうにゅう 豆乳パン ポークチャップ スティック胡瓜 かぶのスープ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	お茶	468	9.8	387	8.8
28	すい 水		ごはん じゅんじゅん だいこん あ もの 大根とツナの和え物 ブロッコリー パイン缶 お茶	お茶	お茶	17.0	1.7	14.0	1.4
29	もく 木		わふう 和風スパゲティ かぼちゃ に 南瓜のそぼろ煮 トマト キャベツスープ オレンジ とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	640	22.0	512	19.7
30	金	誕生会	おたのしみメニュー	チーズ クラッカー	ふ 麴ラスク ツナみそごはんおやき	25.8	1.1	21.8	1.1
31	ど 土	マラソン大会	ツナピラフ ポトフ フルーツ ゼリー とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	587	18.0	488	15.9
				お茶	お茶	26.9	1.4	21.8	1.2
				お茶	お茶	551	12.9	459	12.4
				お茶	お茶	22.3	1.4	19.7	1.1
				お茶	お茶	617	21.3	539	19.5
				お茶	お茶	21.9	1.8	20.5	1.5
				お茶	お茶	517	14.9	420	12.0
				お茶	お茶	21.4	1.9	17.7	1.5
				お茶	お茶	498	14.4	450	12.8
				お茶	お茶	16.5	2.0	14.5	1.6
				お茶	お茶	537	11.4	426	10.9
				お茶	お茶	22.2	1.5	18.9	1.4
				お茶	お茶	647	23.1	507	19.0
				お茶	お茶	26.5	1.3	21.2	1.1
				お茶	お茶	527	14.1	498	15.5
				お茶	お茶	20.9	1.4	20.3	1.2
				お茶	お茶	530	23.5	482	21.3
				お茶	お茶	24.1	1.8	22.5	1.6
				お茶	お茶	695	15.1	515	12.6
				お茶	お茶	20.0	2.4	15.2	1.8
				お茶	お茶	514	9.6	443	9.0
				お茶	お茶	18.1	1.7	15.5	1.4

仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

◇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よ！

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。おやつの「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 よーけ ある じゅんじゅん でっちようかん

しがには きんまいところが よーけ ある ひこねじょう びわこ



じゅんじゅん



でっち
丁稚ようかん

