

# 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

日 付 け	曜 日 び	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	2026年1月 聖隸こども園桜ヶ丘		幼児		乳児		
				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 もく 木	ねんしきゅうか 年始休暇									
2 きん 金										
3 土										
5 げつ 月	ほいくはじ 保育始め	ごはん みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	とりにくてや 鶏肉の照り焼き パイン缶	ひじき煮 お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎ビスコッティ	541 21.3	11.8 1.8	433 18.2	11.5 1.6
6 か 火		ごはん みそ汁(青菜・油あげ)	ちゅうかたまごや 中華卵焼き みかん	きんひら ◎金平ごぼう お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニきなこ	630 24.4	19.4 1.6	489 19.6	15.9 1.3
7 すい 水		ごはん コンソメスープ	とうにゅう 豆乳パン バナナ	さかな 魚のパン粉焼き 牛乳	スパゲティサラダ	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	525 23.1	14.2 1.6	491 21.4	16.3 1.4
8 もく 木		ごはん オレンジ	こぎつねうどん 豆乳	蒸し南瓜 豆乳	ブロッコリーのごま和え	お茶 ヨーグルト	590 26.7	17.2 1.5	487 23.6	15.6 1.3
9 きん 金		ごはん すまし汁(大根・豆腐)	てづくり 手作りさつま揚げ メロン	ほうれん草サラダ お茶	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 プリン	514 22.6	15.4 1.6	442 19.2	13.3 1.3
10 ど 土		パン2種 フルーツ	トマトシチュー とうにゅう 豆乳		お茶 かし お菓子	お茶 お茶 お菓子	456 15.2	13.8 1.3	411 13.3	12.4 1.1
12 げつ 月	せいじん ひ 成人の日						-	-	-	-
13 か 火		とうにゅう 豆乳パン パンプキンスープ	ハンバーグ バナナ	あおな 青菜のソテー 牛乳	とうにゅう 豆乳 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 おにぎり	648 26.4	20.7 1.4	594 24.3	22.1 1.3
14 すい 水		ごはん みそ汁(大根・えのき)	にざかな 煮魚 パイン缶	◎ごぼうのマリネ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ジャムサンド	628 24.0	13.3 1.6	463 19.0	12.4 1.7
15 もく 木		とうにゅう 鶏中華そば メロン	はくさい 白菜サラダ 豆乳	チーズ	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ちんすこう	638 24.5	28.4 1.9	554 21.5	23.6 1.5
16 きん 金		ごはん すまし汁(白菜・麩)	とりにく 鶏肉の味噌漬け焼き オレンジ	あつあ 厚揚げと大根の煮物 お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 やわら 焼きいも	508 21.2	9.6 1.8	418 17.2	8.7 1.5
17 ど 土		ぶたどん みそ汁(豆腐・もやし)	フルーツ お茶		お茶 かし お菓子	お茶 お茶 お菓子	468 17.0	9.8 1.7	387 14.0	8.8 1.4
19 げつ 月		ごはん 飛鳥汁	さかな 魚のごま焼き バナナ	さつま芋サラダ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ヌクラスク	640 25.8	22.0 1.1	512 21.8	19.7 1.1
20 か 火		しょく 食パン 鮭と青菜のシチュー	ベイクドポテト キウイ	プロッコリー 牛乳	お茶 ビスケット	とうにゅう 豆乳 ツナみそごはんおやき	587 26.9	18.0 1.4	488 21.8	15.9 1.2
21 すい 水		ごはん 納豆汁	とりにく 鶏肉のレモンしょうゆ焼き パイン缶	や キヤロットサラダ お茶	豆乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 メロンパン風トースト	551 22.3	12.9 1.4	459 19.7	12.4 1.1
22 もく 木		ふゆやまい 冬野菜カレーうどん メロン	◎はりはりサラダ 豆乳	トマト	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ポテトスコーン	617 21.9	21.3 1.8	539 20.5	19.5 1.5
23 きん 金		ごはん 豚汁	あつあ 厚揚げのソースマヨ焼き みかん	や 胡瓜とわかめの中華和え お茶	お茶 バナナ	お茶 お茶 こざかな ヨーグルト・小魚	517 21.4	14.9 1.9	420 17.7	12.0 1.5
24 ど 土		や 焼きそば ゼリー	ちゅうか 中華スープ フルーツ	ちゅうか 豆乳	お茶 お茶 お菓子	お茶 お茶 お茶	498 16.5	14.4 2.0	450 14.5	12.8 1.6
26 げつ 月		ごはん みそ汁(豆腐・青菜)	とりにく 鶏肉の海苔焼き メロン	はくさい 白菜のゆかり和え お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・ビスケット	537 22.2	11.4 1.5	426 18.9	10.9 1.4
27 か 火		とうにゅう 豆乳パン かぶのスープ	ポークチャップ みかん	きゅうり ステイック胡瓜 牛乳	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 ごまおはぎ	647 26.5	23.1 1.3	507 21.2	19.0 1.1
28 すい 水	わふう 和風スパゲティ キャベツスープ	ごはん パン	じゅんじゅん かん ハイン缶	だいこん 大根とツナの和え物 お茶	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 でっちゃん 丁稚ようかん	527 20.9	14.1 1.4	498 20.3	15.5 1.2
29 もく 木		わふう 和風スパゲティ キャベツスープ	かぼちゃ 南瓜のそぼろ煮 オレンジ	に トマト 豆乳	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 あお 青のりツイストパイ	530 24.1	23.5 1.8	482 22.5	21.3 1.6
30 金	誕生会		おたのしみメニュー			ぎゅうにゅう 牛乳 クラッカー	695 20.0	15.1 2.4	515 15.2	12.6 1.8
31 ど 土	マラソン大会	ツナピラフ フルーツ	ボトフ ゼリー	とうにゅう 豆乳	お茶 お茶 お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 お茶 お茶 お菓子	514 18.1	9.6 1.7	443 15.5	9.0 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ム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。

♪ しがけんうまいもんのうた ♪ \*大坂うまいもんの歌の替え歌です\*

しがには うまいもんが よーけ ある じゅんじゅん でっちゃん

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



でっちゃん  
丁稚ようかん