



1月予定献立表



2026.1月 聖隸こども園こうのとり富丘

※栄養価は上段:幼児食、下段:乳児食を表記しています。

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

日 付	場 所	さくわ 行事	こひだてひめ 献立名	おやつ		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
				乳児・午前	乳幼児・午後				
1	木		年始休み(～3日)			—	—	—	—
5	月	1号冬季休暇	ごはん みそ汁(玉葱・若布)	とりにくてや パイント缶	ひじき煮 お茶	ちゅ せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 や焼きいも	517 411	19.4 15.4
6	火		ごはん みそ汁(小松菜・油揚げ)	ちゅうわかごや 中華卵焼き	◎金平ごぼう みかん	ちゅ チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニきなこ	620 498	24.1 20.9
7	水		食パン わかめスープ	魚のパン粉焼き バナナ	スパゲティサラダ 牛乳	ちゅ ピスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 七草がゆ	533 438	23.4 18.3
8	木		こぎつねうどん キウイ	むしゅう お茶	プロッコリーのごまあ え	ちゅ ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎ビスコッティ	535 469	24.2 22.0
9	金		ごはん すまし汁(大根・豆腐)	てづくり 手作りさつま揚げ	ほうれん草サラダ オレンジ	ちゅ バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 あんまん	517 398	21.2 16.6
10	土		サンドイッチ ヨーグルト	ポトフ フルーツ	お茶	ちゅ かき氷	ぎゅうにゅう 牛乳 かき氷	306 295	13.5 11.6
12	月				せいじんの日	—	—	—	—
13	火	体操教室	豆乳パン パンブキンスープ	ハンバーグ バナナ	あおむ 牛乳	ちゅ クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 お茶	602 559	24.5 23.0
14	水	交通安全教室	ごはん すまし汁(白菜・麩)	とりにく 鶏肉の味噌漬け焼き	あつあ 揚げと大根の煮物 お茶	ちゅ チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ちんすこう	570 456	21.7 18.6
15	木		和風ラーメン りんご(乳児はバナナ)	はくさい 白菜サラダ	プロッコリー	ちゅ ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ジャムサンド	605 502	25.4 21.8
16	金	もちつき	ごはん みそ汁(豆腐・小松菜)	ねぎ お茶	◎ごぼうのマリネ みかん	ちゅ ピスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 ブリンク・せんべい	587 490	25.0 20.8
17	土		豚丼 みそ汁	もじやのナムル フルーツ	お茶	ちゅ お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 かき氷	453 371	17.3 13.9
19	月		ごはん 納豆汁	とりにく 鶏肉のレモンしょうゆ焼き	キャロットサラダ	ちゅ チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 かき氷	534 426	22.5 19.2
20	火		食パン オレンジ	さわやかな 鮭と小松菜のシチュー	ポテトサラダ	ちゅ ピスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 ごまおはぎ	625 522	27.1 22.0
21	水	ラグビー教室 (5歳児)	タコライス コーンスープ	さつま芋と人参のオレンジ煮 バナナ	豆乳	ちゅ せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 メロンパン風トースト	643 546	18.3 16.9
22	木		冬野菜カレーうどん りんご(乳児はオレンジ)	ごはん 豆乳	◎はりはりサラダ	ちゅ ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ポテトスコーン	612 522	22.5 21.0
23	金		ごはん 豚汁	厚揚げのソースマヨ焼き みかん	胡瓜とわかめの中華和え	ちゅ バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ヨーグルト・おかき	548 443	18.3 15.2
24	土		ツナピラフ フルーツ	キャベツスープ	豆乳	ちゅ お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 お菓子	528 436	13.6 11.5
26	月		ごはん みそ汁(大根・えのき)	とりにくのりや オレンジ	鶏肉の海苔焼き お茶	ちゅ チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・ウエハース	490 398	20.2 17.6
27	火	しょいくく(おじい)食育(5歳児)	ロールパン かぶのスープ	ポークチャップ みかん	ステイクきゅうり 牛乳	ちゅ せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 ツナミソおにぎり	626 485	25.6 20.4
28	水		ごはん 飛鳥汁	さかな 魚のごま焼き	さつま芋サラダ	ちゅ バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 あおのリツイストパイ	604 498	23.0 18.4
29	木		和風スパゲティ トマトスープ	かぼちゃ グリル南瓜	はくさい 白菜のゆかり和え	ちゅ ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 ホイップサンド	683 526	27.1 23.3
30	金	おひいき会	ごはん バナナ	じゅんじゅん 大根とツナの和え物	プロッコリー	ちゅ クラッcker	ぎゅうにゅう 牛乳 丁稚ようかん	536 441	21.3 17.5
31	土	おひいき会	焼きそば ゼリー	ちゅ 中華スープ フルーツ	お茶	ちゅ お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 お菓子	356 325	10.3 8.6
						—	—	—	—

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があり、滋賀農業公園ブルーメの丘や琵琶湖博物館など子どもも楽しめるところもたくさんあります。

「じゅんじゅん」は琵琶湖で獲れるうなぎや魚または牛肉や鶏肉を使い、甘辛く味付けしたすき焼き風の鍋料理です。給食室では鶏肉と旬の野菜であります。

一般的なようかんは寒天を使用して作られますが、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ります。



♪ しがけんうまいもんのうた♪ *大阪うまいもんの歌の替え歌です*

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 きんまいどころが 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

丁稚ようかん