

2026



献立だより



日	曜	献立名	8大アレルギー物質 卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ	食品名			栄養量	
				体をうごかす食品	体をつくる食品	体の調子を整える食品		
1	金	昼食 ご飯 鯉のぼりハンバーグ ナポリタン ミルクスイーツ (ヨーグルト) コンソメスープ	卵 小麦 小麦 乳 卵	ご飯 パン粉 スパゲッティ 砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 卵 牛乳 かぼち	玉葱 コーン ブロッコリー 人参 玉葱 ビーマン みかん缶 キャベツ 人参	エネルギー 643 (557)	タンパク質 22.6 (20.6)
		間食 鯉のぼりクッキー 牛乳	小麦 卵 乳	ホットケーキミックス 砂糖 油 牛乳	卵 牛乳		脂質 20.9 (19.2)	塩分 1.5 (1.2)
2	土	昼食					エネルギー 122.0	タンパク質 2.5
		間食 あんぱん ヨーグルト	卵 小麦 卵	あんぱん			脂質 1.2	塩分 -
7	木	昼食 菜飯 鯉の梅漬け 切干大根の味噌マヨ和え オレシジ 味噌汁	卵	菜飯 油 砂糖 胡麻 マヨネーズ	鯉 味噌	玉葱 人参 ビーマン 切干大根 人参 ほうれん草 オレシジ 南瓜 玉葱	エネルギー 551 (508)	タンパク質 18.6 (17.8)
		間食 マシュマロ・アルフォート◎ 牛乳	卵 小麦 乳	マシュマロ アルフォート	牛乳		脂質 16.9 (16.9)	塩分 2.2 (1.8)
8	金	昼食 カレーうどん ヨーグルト	小麦 乳	うどん 砂糖	豚肉 油揚げ 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 長葱 ほうれん草 椎茸	エネルギー 592 (479)	タンパク質 23.7 (20.1)
		間食 チーズ無しパン 牛乳	卵 小麦 乳	おけいおん マーガリン 砂糖	卵 牛乳 ヨーグルト チーズ 牛乳		脂質 21.0 (18.2)	塩分 2.5 (1.9)
9	土	昼食					エネルギー 122.0	タンパク質 2.5
		間食 あんぱん ヨーグルト	卵 小麦 卵	あんぱん			脂質 1.2	塩分 -
11	月	昼食 豚肉の生姜焼き ツナとマカロニのサラダ バナナ 味噌汁	卵	ご飯 油 砂糖 ジェルマカロニ マヨネーズ	豚肉 ツナ 味噌	玉葱、生姜、キャベツ 胡瓜、玉葱 バナナ 菜の花	エネルギー 562 (496)	タンパク質 20.1 (18.4)
		間食 コーンフレーククッキー 牛乳	小麦、乳 乳	コーンフレーク マーガリン 砂糖	牛乳 牛乳		脂質 17.9 (16.9)	塩分 1.5 (1.2)
12	火	昼食 豚肉の生姜焼き キャベツの塩昆布和え オレシジ 中華スープ		ご飯 サラダ油 砂糖 ごま油	鶏もも肉 塩昆布	玉葱 人参 ビーマン 椎茸 キャベツ オレシジ 玉葱 チンゲン菜	エネルギー 579 (516)	タンパク質 18.8 (17.6)
		間食 黒たべよ・黒神 牛乳	卵 乳	黒食べよ 黒神	牛乳		脂質 21.0 (19.4)	塩分 1.7 (1.5)
13	水	昼食 ロールパン スパニッシュオムレツ 菜の花サラダ フルーツポンチ コンソメスープ	小麦 卵 卵 乳 卵	ロールパン マーガリン じゃがいも マヨネーズ 砂糖 サイダー	卵 ベーコン 牛乳 チーズ ツナ缶	三色ビーマン 玉葱 アスパラ 菜の花 人参 人参 コーン みかん缶 バイン缶 バナナ 玉葱 人参 いんげん	エネルギー 593 (492)	タンパク質 24.8 (21.1)
		間食 サイコロきな粉 牛乳	乳	砂糖 サラダ油	高野豆腐 豆乳 きな粉		脂質 29.0 (24.6)	塩分 1.8 (1.7)
14	木	昼食 鯉の照り焼き 納豆和え オレシジ 具だくさん味噌汁		ご飯 砂糖 納豆 里芋	鯉 納豆 豚ばら肉 味噌	そら豆 人参 小松菜 オレシジ 大根 人参 玉葱	エネルギー 513 (413)	タンパク質 24.5 (19.0)
		間食 青のりせんべい ノアール◎ 牛乳	乳	青のりせんべい ノアール	牛乳		脂質 16.4 (13.2)	塩分 1.3 (1.2)
15	金	昼食 春野菜のクリームパスタ ジョアマスカット	小麦 乳 乳	スパゲティ マーガリン	ベーコン 牛乳 ジョアマスカット	人参 人参 玉葱 アスパラ 椎茸	エネルギー 561 (506)	タンパク質 22.5 (21.1)
		間食 ツナコーンおにぎり 牛乳		ご飯	ツナ 昆布 あおのり 牛乳	コーン	脂質 13.2 (13.5)	塩分 1.9 (1.4)
16	土	昼食					エネルギー 122.0	タンパク質 2.5
		間食 あんぱん ヨーグルト	卵 小麦 卵	あんぱん			脂質 1.2	塩分 -
18	月	昼食 チキンカレー コーンサラダ オレシジ コンソメスープ	小麦	ご飯 じゃが芋 サラダ油 サラダ油 砂糖	鶏もも肉	玉葱 人参 レタス 人参 コーン オレシジ 玉葱 人参 いんげん	エネルギー 535 (476)	タンパク質 15.5 (15.0)
		間食 お餅のラスク 牛乳	小麦 乳	お餅 砂糖 マーガリン	牛乳		脂質 20.5 (19.5)	塩分 1.7 (1.4)
19	火	昼食 ご飯 豆腐入りナゲット キャベツの煮びたし バナナ 味噌汁	卵	ご飯 サラダ油	鶏ひき肉 木綿豆腐 ベーコン 油揚げ	玉葱 人参 生姜 キャベツ 人参 バナナ いんげん	エネルギー 570 (512)	タンパク質 18.3 (17.4)
		間食 ルマンド ホワイトロリータ◎ 牛乳	小麦 小麦 卵 小麦	花巻 ルマンド ホワイトロリータ	牛乳		脂質 21.3 (19.8)	塩分 1.1 (1.1)
20	水	昼食 ジャムサンド 鶏肉のチーズ焼き シルバースラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	小麦 小麦 小麦 卵 卵 乳	ジャムサンド 砂糖 春雨 マヨネーズ 砂糖	鶏もも肉 チーズ ツナ ヨーグルト	玉葱 パセリ ブロッコリー 胡瓜 人参 黄桃 みかん缶 バイナップル キャベツ 人参	エネルギー 580 (480)	タンパク質 24.9 (21.6)
		間食 しらすせんべい 牛乳	卵 小麦 乳	餃子皮 マヨネーズ	青のり しらす		脂質 20.0 (18.3)	塩分 2.3 (2.3)
21	木	昼食 ふりかけご飯 白身魚の上品炒め ほうれん草としらすの和え物 オレシジ 味噌汁	卵 小麦 卵 小麦 卵	ご飯 小麦粉 マーガリン マヨネーズ 砂糖	卵 メルルーサ 卵 しらす 油揚げ 味噌	玉葱 パセリ ブロッコリー ほうれん草 オレシジ かぶ かぶ菜	エネルギー 522 (484)	タンパク質 19.7 (17.7)
		間食 海苔せんべいとノアール◎ 牛乳	小麦 小麦 乳	青のりせんべい ノアール	牛乳		脂質 20.7 (20.4)	塩分 2.3 (1.7)

日	曜	曜日	献立名	8大アレルギー物質 卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ	食品名			栄養量	
					体をうごかす食品	体をつくる食品	体の調子を整える食品		
22	金	昼食	和風ナポリタンうどん ヨーグルト	小麦 卵 乳	うどん マーガリン	ウインナー 糸かつお ヨーグルト	玉葱 ピーマン	エネルギー	569(461)
		間食	こまちんすこう 牛乳	小麦 乳	小麦粉 砂糖 サラダ油 こま	牛乳		タンパク質	13.7(13.5)
23	土	昼食						エネルギー	122.0
		間食	あんぱん ヨーグルト	卵 小麦 卵	あんぱん			タンパク質	2.5
25	月	昼食	三色そばろし ごま豆腐(味噌ダレ) オレシ汁 味噌汁	卵 乳	ごはん 砂糖 胡麻 砂糖 じゃがいも	鶏ひき肉 卵 牛乳 わかめ 味噌	菜の花 ブロッコリー カリフラワー オレシ汁	エネルギー	599(538)
		間食	きな粉サンド 牛乳	小麦 牛乳	食パン 砂糖 マーガリン	きな粉 牛乳		タンパク質	18.3(18.2)
26	火	昼食	ご飯 和風おろしハンバーグ じゃがいものひじき煮 バナナ 味噌汁	小麦 卵	ご飯 パン粉 じゃが芋	豚ひき肉 卵 木綿豆腐 ひじき 油揚げ 味噌	玉葱 大根 人参 いんげん バナナ もやし	エネルギー	553(503)
		間食	海苔せんべいとノアール® 牛乳	小麦 乳	青のりせんべい ノアール	牛乳		タンパク質	20.0(18.1)
27	水	昼食	ロールパン 鶏肉のバーベキューソース ポテトサラダ メロン コンソメスープ	小麦 卵	ロールパン 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	鶏もも肉 ロースハム 絹ごし豆腐	レタス 胡瓜 人参 メロン ほうれん草	エネルギー	594(497)
		間食	たこ焼き 牛乳	小麦 卵 乳	たこ焼き	あおのり 糸かつお 牛乳		タンパク質	27.5(23.0)
28	木	昼食	コマ塩ごはん 白身魚の竜田揚げ 煮物 ぶどうゼリー 味噌汁	小麦	ごはん ごま 砂糖 サラダ油 砂糖 ぶどうジュース 砂糖 切麩	メルルーサ 綿厚揚げ 味噌汁	生姜 人参 いんげん 小松菜 人参 菜の花	エネルギー	572(485)
		間食	エリーゼ®ブランチュール® 牛乳	卵 小麦 乳	エリーゼ ブランチュール	牛乳		タンパク質	22.9(20.7)
29	金	昼食	ソース焼きそば ジョア	小麦 乳	中華麺 サラダ油	豚肉 ジョアブルーベリー	キャベツ 玉ねぎ 人参 椎茸	エネルギー	520(452)
		間食	フレンチトースト 牛乳	小麦 卵 乳	食パン マーガリン 砂糖	卵 牛乳 牛乳		タンパク質	22.5(20.1)
30	土	昼食						エネルギー	122.0
		間食	あんぱん ヨーグルト	卵 小麦 卵	あんぱん			タンパク質	2.5

新学期が始まり、1か月が経ちました。入園当初は保護者と離れ泣いていた新入園児の子ども達も、新しい環境に慣れ始め、少しずつ笑顔が見られるようになってきました。園の給食にも慣れ、少しずつ食べられる量も増えてきたように感じます。



◆◆◆ 献立には使用材料を全て載せているわけではありません ◆◆◆

肉や魚の臭みを取るためや柔らかくするための隠れた調味料、薄味でも美味しくするための隠し味、臭覚を刺激し食欲を刺激するために使用する調味料などワークアップだからこそ出来る、「美味しくする努力」タイミングや割合など献立には載せられないものがたくさんあります。

給食で献立に載らず使う可能性のある調味料

オリーブオイル ごま油、サラダ油、オイスターソース、おろしにんにく、おろし生姜、かつおだし、片栗粉、カレー粉、コンソメ、グラニュー糖、黒糖、三温糖、上白糖、濃口醤油、薄口醤油、食塩、シャンタン、酢、ウスターソース、中濃ソース、とんかつソース、トマトケチャップ、鶏ガラスープ、薄力粉、マーガリン、赤味噌、白味噌、桜味噌、みりん、みりん風調味料、めんつゆ、料理酒

子どもたちの笑顔と「おいしい！」の声を大切に、これからも安心・安全でより良い給食の提供に努めてまいります。日々の給食を通して、食べる楽しさや大切さも伝えていけるよう取り組んでまいります。



※献立に目を通し、食べたことのない食材がある場合、給食前に必ずご家庭で2回以上食べてください。

※仕入れ状況により、献立を変更する場合があります。

※あひる組・はと組には午前中にも牛乳を提供します。

※あひる組・はと組にはチョコレートは提供していません。その他の食材も、3歳未満児に適したものに變更して提供しております。

※() はあひる組・はと組の栄養量です。◎は3歳以下は別の物に変更、1学期中はあひる組のおやつは1歳児に適したおやつになっています。

※使用材料を全て載せているわけではありません。