

こばと保育園(一般)

2026年1月献立表

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|----|---|--|---|--|--|--|
| 午前 | ◎材料の都合上献立が変更になる場合があります。 ◎今月のお楽しみ給食は13(火)です。 ◎卵は使用していません。 | | | 1 | 2 | 3 |
| 昼食 | 今月の平均栄養価 3~5歳児 エネルギー 557kcal たんぱく質 20.6g 脂質 18.1g | | | 元旦 | | |
| 午後 |  | | | | | |
| 午前 | 5 バナナ 牛乳 | 6 南瓜ボーロ 牛乳 | 7 おせんべい 牛乳 | 8 南瓜ボーロ 牛乳 | 9 ビスケット 牛乳 | 10 おせんべい 牛乳 |
| 昼食 | カレーライス レタスとえのきのスープ コールスローサラダ みかん | 食パン ほうれん草と人参のスープ 野菜入りミートボール 温野菜サラダ グレープフルーツ | 御飯 きのこのあんかけ汁 豚肉のごまだれ焼き 蒸し野菜とささみの和え物 りんご | けんちんうどん チーズ揚げ餃子 バナナ | 御飯 豆腐とえのきの澄まし汁 鯖の味噌煮 卵の花 塩もみきゅうり みかん | 生姜焼き丼 もやしとわかめの味噌汁 南瓜煮 バナナ |
| 午後 | 抹茶蒸しパン 牛乳 | フルーツヨーグルト 麦茶 | 七草がゆ 牛乳 | 白ごまトースト 牛乳 | さつま芋入りおしるこ 牛乳 | ラスク 牛乳 |
| 午前 | 12 | 13 南瓜ボーロ 牛乳 | 14 おせんべい 牛乳 | 15 南瓜ボーロ 牛乳 | 16 ビスケット 牛乳 | 17 おせんべい 牛乳 |
| 昼食 | 成人の日 | | だるまごはん 麺とわかめのすまし汁 鶏肉の照り焼き プロッコリーのおかかマヨ和え みかん | 御飯 大根の味噌汁 鮭のパン粉焼き もやしの和え物 りんご | コーンラーメン ごぼうと人参の煮物 バナナ | 御飯 キャベツと生揚げの味噌汁 豚肉とさつま芋の炒め物 いんげんの胡麻和え みかん |
| 午後 | | | チュロス 牛乳 | ツナマヨパン 牛乳 | ぶどうゼリー おせんべい 牛乳 | 餃子の皮のピザ 牛乳 |
| 午前 | 19 バナナ 牛乳 | 20 南瓜ボーロ 牛乳 | 21 おせんべい 牛乳 | 22 南瓜ボーロ 牛乳 | 23 ビスケット 牛乳 | 24 おせんべい 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 豚汁 鶏肉のカレー風味揚げ 青梗菜とちくわの和え物 みかん | 食パン ほうれん草と人参のスープ 野菜入りミートボール 温野菜サラダ グレープフルーツ | 御飯 きのこのあんかけ汁 豚肉のごまだれ焼き 蒸し野菜とささみの和え物 りんご | けんちんうどん チーズ揚げ餃子 バナナ | 御飯 豆腐とえのきの澄まし汁 鯖の味噌煮 卵の花 塩もみきゅうり みかん | 生姜焼き丼 もやしとわかめの味噌汁 南瓜煮 バナナ |
| 午後 | もちもちチーズパン 牛乳 | フルーツヨーグルト 麦茶 | 鶏肉と昆布のごはん 牛乳 | 白ごまトースト 牛乳 | さつま芋入りおしるこ 牛乳 | ラスク 牛乳 |
| 午前 | 26 バナナ 牛乳 | 27 南瓜ボーロ 牛乳 | 28 おせんべい 牛乳 | 29 南瓜ボーロ 牛乳 | 30 ビスケット 牛乳 | 31 おせんべい 牛乳 |
| 昼食 | 御飯 小松菜となめこの味噌汁 ヤンニョムチキン ひじき煮 かぶの塩昆布和え みかん | ミートトースト 青梗菜の中華スープ ボテトサラダ グレープフルーツ | 御飯 大根の味噌汁 鮭のパン粉焼き もやしの和え物 りんご | コーンラーメン ごぼうと人参の煮物 バナナ | 御飯 キャベツと生揚げの味噌汁 豚肉とさつま芋の炒め物 いんげんの胡麻和え みかん | ほうとううどん 揚げじゃが バナナ |
| 午後 | ママレードケーキ 牛乳 | クッキー 牛乳 | ツナマヨパン 牛乳 | ぶどうゼリー おせんべい 牛乳 | 餃子の皮のピザ 牛乳 | わかめおにぎり 牛乳 |