

## 令和8年1月の献立予定表

なるにつこ認定こども園  
泉南市健康子ども部保育子ども課

日	曜	献立名	食品名	3時の間食
5 19	月	焼き飯 もずくスープ・果物	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン) (もずく、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、椎茸)(バナナ)	☆せんざい(おしるこ) 菓子
6 20	火	筑前煮 ごま和え・味噌汁	(鶏肉、ごぼう、にんじん、さといも、厚揚げ、糸こんにゃく) (小松菜、きゅうり、にんじん、すりごま)(かぼちゃ、たまねぎ、わかめ、味噌)	菓子 牛乳
7 21	水	鯖のカレー焼き・温キャベツ 切干の含め煮・味噌汁	(生鯖、片栗粉、カレー粉)(キャベツ)7日(ごはん、七草、葉付だいこん、葉付かぶ) (切干大根、にんじん、生しいたけ)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、豆苗、味噌)	7日☆七草がゆ 21日菓子・飲むヨーグルト
8 22	木	麻婆豆腐 甘酢和え・中華スープ	(木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、生しいたけ、土しょうが、たまねぎ、ケチャップ、赤味噌、片栗粉) (春雨、きゅうり、にんじん)(白菜、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜)(小麦粉、豚挽肉、椎茸、キャベツ、たまねぎ、ねぎ)	☆肉まん 牛乳
9 23	金	煮魚・お雑煮 きんぴらごぼう	(赤魚)(鶏肉、焼き豆腐、さといも、だいこん、にんじん、ほうれん草、白味噌) (ごぼう、にんじん、ピーマン、糸こんにゃく)(食パン、こしあん、マーガリン)	☆あんバターサンド 牛乳
10 24	土	豚丼 煮浸し・すまし汁	(豚肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (白菜、にんじん)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、小松菜)	菓子 牛乳
26	月	赤魚のパン粉焼き・温キャベツ もみ漬け・味噌汁	(赤魚、パン粉、カレー粉)(キャベツ) (白菜、きゅうり、にんじん、国産レモン)(豆腐、たまねぎ、にんじん、油揚げ、チンゲン菜、味噌)	☆焼きおにぎり お茶
13 27	火	豚肉のスタミナ焼き おかげ和え・味噌汁	(豚肉、たまねぎ、ニラ、土しょうが、にんにく)(ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、純ココア) (白菜、きゅうり、にんじん、かつお節)(じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、ほうれん草、味噌)	☆ココアドーナツ 牛乳
14	水	チキンナゲット・付け合わせ・ゼリー <sup>1</sup> コールスロー・味噌汁	(鶏挽肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんにく、土しょうが、片栗粉)(ブロッコリー)(カップゼリー) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(かぶ、かぶの葉、たまねぎ、にんじん、味噌)	ヨーグルト 菓子
28	水	チキンナゲット・付け合わせ コールスロー・味噌汁	(鶏挽肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんにく、土しょうが、片栗粉)(ブロッコリー) (キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、コールスロードレッシング)(かぶ、かぶの葉、たまねぎ、にんじん、味噌)	ヨーグルト 菓子
15 29	木	鮭と白菜のクリーム煮 ゆかり和え・味噌汁	(生鮭、白菜、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、シチュールウ、豆乳)(国産りんご) (もやし、きゅうり、にんじん、ゆかり)(なめこ、たまねぎ、にんじん、小松菜、味噌)	果物・菓子 牛乳
16 30	金	ほうとう にんじんしりしり・果物	(ほうとう、かぼちゃ、さといも、豚肉、だいこん、にんじん、椎茸、油揚げ、ねぎ、味噌) (にんじん、豆苗、ツナ水煮)(バナナ)(ホットケーキミックス、さつまいも、豆乳、マーガリン)	☆さつまいもマフィン 牛乳
17 31	土	そぼろ丼 煮浸し・すまし汁	(豚挽肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ) (キャベツ、にんじん)(さつまいも、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜)	菓子 牛乳

☆は手作りおやつです