

給食献立表

普通食



令和8年 1月

ベビーエンゼル保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1月5日	麦ごはん 生揚げと野菜の煮物 ほうれん草の海苔和え 味噌汁（里芋・大根）	レーズンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・砂糖・ホットケーキミックス	生揚げ・醤油・みりん・のり・味噌・かつお粉・ヨーグルト・牛乳・いりこ	玉ねぎ・にんじん・さやいんげん・ほうれん草・里芋・大根・レーズン	414	13.5	7.1	1.2
1月6日	ナポリタンスパゲッティ ひじきサラダ バナナ	青菜おにぎり いりこ	スパゲッティ・オリーブ油・マヨネーズ・米・ごま	ベーコン・ケチャップ・コシソメ・塩・ひじき・ツナ・大豆・いりこ・わかめ	玉ねぎ・人参・ビーマン・しめじ・どうもろこし・きゅうり・バナナ・大根	473	14.1	11.7	1.3
1月7日	麦ごはん タラのカレーフライ ブロッコリーとパプリカの煮浸し 澄まし汁（麸・えのき・小松	プリン いりこ	米・麦・薄力粉・カレー粉・サラダ油・砂糖・パニラエッセンス・バター	タラ・かつお粉・麸・醤油・塩・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ・プリン	ハセリ・プロッコリー・パプリカ・えのき・小松葉	369	17.1	10.6	0.9
1月8日	麦ごはん グリーンバーグ 春雨の甘酢和え 味噌汁（南瓜・油揚げ）	シュガーフロート 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・春雨・砂糖・コッペパン・サラダ油・グラニュー糖	豚ひき肉・鶏卵・ケチャップ・酢・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	ビーマン・ほうれん草・玉ねぎ・小松葉・人参・どうもろこし・南瓜	524	20.1	18.1	1.4
1月9日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 豆まめサラダ 味噌汁（キャベツ・玉ねぎ）	じゃが芋もち 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・マヨネーズ・じゃが芋・片栗粉・バター	鶏もも肉・醤油・酢・酒・枝豆・魚肉ソーセージ・味噌・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ	しょうが・どうもろこし・人参・キャベツ・玉ねぎ	509	20.2	19.2	1.6
1月13日	麦ごはん 炒り豆腐 カリフラワーのサラダ 味噌汁（切り干し大根・わかれ）	きな粉クッキー 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・薄力粉・きな粉・ベーキングパウダー	豆腐・醤油・ツナ・切り干し大根・わかれ・味噌・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・しいたけ・ほうれん草・カリフラワー・小松葉	462	16.2	17.0	1.6
1月14日	麦ごはん 鯖の塩焼き 肉じゃが 味噌汁（小松葉・えのき）	芋ようかん 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・サラダ油・砂糖・さつまいも・寒天	鯖・塩・豚肉・しらたき・醤油・みりん・牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・小松葉・えのき	441	18.8	11.8	1.1
1月15日	あんかけ焼きそば ささ身と野菜の胡麻和え みかん	五目おにぎり いりこ	中華麺・サラダ油・片栗粉・ごま・マヨネーズ・米	豚肉・エビ・中華だし・醤油・鶏ささみ・鶏ひき肉・油揚げ・みりん・酒・いりこ	人参・ビーマン・玉ねぎ・白菜・たけのこ・しいたけ・きゅうり・みつば・みかん	391	19.2	8.3	1.6
1月16日	麦ごはん ボクビーンズ ごぼうサラダ 味噌汁（じゃがいも・油揚げ）	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・ごま・じゃがいも・蒸しパンミックス	豚ひき肉・大豆・コンソメ・ケチャップ・味噌・油揚げ・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・なす・ごぼう・きゅうり・どうもろこし	419	17.5	16.7	1.6
1月19日	麦ごはん 焼きコロッケ 野菜の納豆和え 味噌汁（大根・油揚げ）	豆腐ドーナツ いりこ	米・麦・じゃがいも・パン粉・バター・パセリ・ホットケーキミックス・サラダ油	豚ひき・塩・ソース・チーズ・納豆・醤油・油・油揚げ・味噌・かつお粉・豆腐・いりこ	人参・玉ねぎ・バセリ・ほうれん草・人参・えのき・大根	446	13.9	14.8	1.5
1月20日	豚汁うどん マカロニサラダ みかん	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・マカロニ・マヨネーズ・米	豚肉・豆腐・味噌・かつお粉・ハム・塩・ゆかり・いりこ	大根・人参・ごぼう・ねぎ・きゅうり・どうもろこし・みかん	375	13.6	5.4	1.1
1月21日	麦ごはん アジフライ ナムル風煮びたし 味噌汁（白菜・わかれ）	ガレット 牛乳 いりこ	米・麦・薄力粉・パン粉・サラダ油・砂糖・ごま油・じゃがいも・スキムミルク・バター	鶏・鶏卵・ソース・油揚げ・醤油・酢・わかれ・味噌・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	ほうれん草・もやし・人参・白菜・バセリ	424	21.0	12.5	1.4
1月22日	カレーライス 野菜の胡麻和え バナナ	焼きそば いりこ	米・麦・じゃがいも・カレールー・ごま・砂糖・中華麺・サラダ油	鶏肉・酢・鶏ひき肉・ソース・いりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・バナナ	455	136.0	13.3	0.8
1月23日	麦ごはん すき焼き風煮 ほうれん草の和え物 味噌汁（かぶ・しめじ）	ブルーンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ホットケーキミックス	豚肉・焼き豆腐・しらたき・醤油・わかれ・めんつゆ・味噌・かつお粉・ブルーン・牛乳・いりこ	白菜・人参・ほうれん草・えのき・かぶ・しめじ	435	17.3	12.2	1.6
1月26日	麦ごはん 白菜と豚肉の煮物 オーロラサラダ 味噌汁（生揚げ・なす）	蒸かし芋 牛乳 いりこ	米・麦・里芋・砂糖・マヨネーズ・さつまいも	豚肉・しらたき・酒・生揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	白菜・人参・ねぎ・キャベツ・きゅうり・なす	425	16.2	11.0	1.1
1月27日	麦ごはん チンジャオロース 紅白煮 中華スープ	和風トースト 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油・じゃがいも・食パン・ごま	豚肉・オイスター・ソース・醤油・酒・ツナ・わかれ・中華だし・味噌・みりん・チーズ・牛乳・いりこ	タケノコ・パプリカ・ビーマン・人参・もやし・しいたけ	478	21.7	12.6	2.1
1月28日	麦ごはん ぶりの照り焼き 和風サラダ 味噌汁（チンゲン菜・えのき）	いちごスコーン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・薄力粉・ベーキングパウダー・いちごジャム・バター	かまぼこ・酢・ぶり・みりん・醤油・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	きゃべつ・人参・どうもろこし・チンゲン菜・えのき	420	16.5	12.8	1.4
1月29日	麦ごはん にらハンバーグ れんこんの煮物 味噌汁（さつまいも・ごぼう）	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・さつまいも・コーンフレーク・マッシュマロ・バター	豚ひき肉・鶏卵・オイスター・ソース・醤油・めんつゆ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	にら・玉ねぎ・人参・れんこん・さやいんげん・ごぼう	451	15.6	13.2	1.6
1月30日	麻婆ラーメン ポテトサラダ バナナ	オレンジ寒天 いりこ	中華麺・ごま油・砂糖・片栗粉・じゃがいも・マヨネーズ・寒天	中華だし・醤油・豆腐・豚ひき肉・チーズ・味噌・塩・いりこ	ねぎ・人参・にら・にんにく・しょうが・きゅうり・バナナ・オレンジ果汁・みかん	379	14.3	10.4	1.9

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。



給食献立表

卵除去食

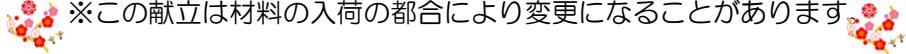


ベビーエンゼル保育園

令和8年 1月

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1月5日	麦ごはん 生揚げと野菜の煮物 ほうれん草の海苔和え 味噌汁（里芋・大根）	レーズンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・砂糖・ホットケーキミックス	生揚げ・醤油・みりん・のり・味噌・かつお粉・ヨーグルト・牛乳・いりこ	玉ねぎ・にんじん・さやいんげん・ほうれん草・里芋・大根・レーズン	414	13.5	7.1	1.2
1月6日	ナポリタンスパゲッティ ひじきサラダ バナナ	青菜おにぎり いりこ	スパゲッティ・オリーブ油・マヨドレ・米・ごま	ベーコン・ケチャップ・コシソメ・塩・ひじき・ツナ・大豆・いりこ・わかめ	玉ねぎ・人参・ビーマン・しめじ・どうもろこし・きゅうり・バナナ・大根	473	14.1	11.7	1.3
1月7日	麦ごはん タラのカレーフライ ブロッコリーとパプリカの煮浸し 澄まし汁（麸・えのき・小松	フルーツゼリー いりこ	米・麦・薄力粉・カレー粉・サラダ油・砂糖・パニラエッセンス・バター	タラ・かつお粉・麺・醤油・塩・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ・フルーツゼリー	バセリ・ブロッコリー・パプリカ・えのき・小松菜	369	17.1	10.6	0.9
1月8日	麦ごはん グリーンバーグ 春雨の甘酢和え 味噌汁（南瓜・油揚げ）	シュガー揚げパン 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・春雨・砂糖・コッペパン・サラダ油・グラニュー糖	豚ひき肉・ケチャップ・酢・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	ビーマン・ほうれん草・玉ねぎ・小松菜・人参・どうもろこし・南瓜	524	20.1	18.1	1.4
1月9日	麦ごはん 鶏の大さっぱり煮 豆まめサラダ 味噌汁（キャベツ・玉ねぎ）	じゃが芋もち 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・マヨドレ・じゃが芋・片栗粉・バター	鶏もも肉・醤油・酢・酒・枝豆大豆・魚肉ソーセージ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	しょうが・どうもろこし・人参・キャベツ・玉ねぎ	509	20.2	19.2	1.6
1月13日	麦ごはん 炒り豆腐 カリフラワーのサラダ 味噌汁（切り干し大根・わかれ）	きな粉クッキー 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨドレ・薄力粉・きな粉・ベーキングパウダー	豆腐・醤油・ツナ・切り干し大根・わかれ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・しいたけ・ほうれん草・カリフラワー・小松菜	462	16.2	17.0	1.6
1月14日	麦ごはん 鯖の塩焼き 肉じゃが 味噌汁（小松菜・えのき）	芋ようかん 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・春雨・砂糖・さつま芋・寒天	鯖・塩・豚肉・しらたき・醤油・みりん・牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・小松菜・えのき	441	18.8	11.8	1.1
1月15日	あんかけ焼きそば ささ身と野菜の胡麻和え みかん	五目おにぎり いりこ	中華麺・サラダ油・片栗粉・ごま・マヨドレ・米	豚肉・エビ・中華だし・醤油・鶏ささみ・鶏ひき肉・油揚げ・みりん・酒・いりこ	人参・ビーマン・玉ねぎ・白菜・たけのこ・しいたけ・きゅうり・みつば・みかん	391	19.2	8.3	1.6
1月16日	麦ごはん ポークピーンズ ごぼうサラダ 味噌汁（じゃがいも・油揚げ）	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨドレ・ごま・じゃがいも・蒸しパンミックス	豚ひき肉・大豆・コンソメ・ケチャップ・味噌・油揚げ・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・なす・ごぼう・きゅうり・どうもろこし	419	17.5	16.7	1.6
1月19日	麦ごはん 焼きコロッケ 野菜の納豆和え 味噌汁（大根・油揚げ）	豆腐ドーナツ いりこ	米・麦・じゃがいも・パン粉・バター・パセリ・ホットケーキミックス・サラダ油	豚ひき・塩・ソース・チーズ・納豆・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・豆腐・いりこ	人参・玉ねぎ・バセリ・ほうれん草・人参・えのき・大根	446	13.9	14.8	1.5
1月20日	豚汁うどん マカロニサラダ みかん	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・マカロニ・マヨドレ・米	豚肉・豆腐・味噌・かつお粉・ハム・塩・ゆかり・いりこ	大根・人参・ごぼう・ねぎ・きゅうり・どうもろこし・みかん	375	13.6	5.4	1.1
1月21日	麦ごはん アジフライ ナムル風煮びたし 味噌汁（白菜・わかれ）	ガレット 牛乳 いりこ	米・麦・薄力粉・パン粉・サラダ油・砂糖・ごま油・じゃがいも・スキムミルク・バター	鶏・ソース・油揚げ・醤油・酢・わかれ・味噌・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	ほうれん草・もやし・人参・白菜・バセリ	424	21.0	12.5	1.4
1月22日	カレーライス 野菜の胡麻和え バナナ	焼きそば いりこ	米・麦・じゃがいも・カレールー・ごま・砂糖・中華麺・サラダ油	鶏肉・酢・鶏ひき肉・ソース・いりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・バナナ	455	136.0	13.3	0.8
1月23日	麦ごはん すき焼き風煮 ほうれん草の和え物 味噌汁（かぶ・しめじ）	ブルーンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ホットケーキミックス	豚肉・焼き豆腐・しらたき・醤油・わかれ・めんつゆ・味噌・かつお粉・ブルーン・牛乳・いりこ	白菜・人参・ほうれん草・えのき・かぶ・しめじ	435	17.3	12.2	1.6
1月26日	麦ごはん 白菜と豚肉の煮物 オーロラサラダ 味噌汁（生揚げ・なす）	蒸かし芋 牛乳 いりこ	米・麦・里芋・砂糖・マヨドレ・さつまいも	豚肉・しらたき・酒・生揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	白菜・人参・ねぎ・キャベツ・きゅうり・なす	425	16.2	11.0	1.1
1月27日	麦ごはん チンジャオロース 紅白煮 中華スープ	和風トースト 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油・じゃがいも・食パン・ごま	豚肉・オイスター・ソース・醤油・酒・ツナ・わかれ・中華だし・味噌・みりん・チーズ・牛乳・いりこ	タケノコ・パプリカ・ビーマン・人参・もやし・しいたけ	478	21.7	12.6	2.1
1月28日	麦ごはん ぶりの照り焼き 和風サラダ 味噌汁（チンゲン菜・えのき）	いちごスコーン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・薄力粉・ベーキングパウダー・いちごジャム・バター	かまぼこ・酢・ぶり・みりん・醤油・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	きゃべつ・人参・どうもろこし・チンゲン菜・えのき	420	16.5	12.8	1.4
1月29日	麦ごはん にらハンバーグ れんこんの煮物 味噌汁（さつま芋・ごぼう）	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・さつま芋・コーンフレーク・マッシュマロ・バター	豚ひき肉・オイスター・ソース・醤油・めんつゆ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	にら・玉ねぎ・人参・れんこん・さやいんげん・ごぼう	451	15.6	13.2	1.6
1月30日	麻婆ラーメン ボテサラダ バナナ	オレンジ寒天 いりこ	中華麺・ごま油・砂糖・片栗粉・じゃがいも・マヨドレ・寒天	中華だし・醤油・豆腐・豚ひき肉・チーズ・味噌・塩・いりこ	ねぎ・人参・にら・にんにく・しょうが・きゅうり・バナナ・オレンジ果汁・みかん	379	14.3	10.4	1.9

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。



給食献立表

ナツツ除去食



令和8年 1月

ベビーエンゼル保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1月5日	麦ごはん 生揚げと野菜の煮物 ほうれん草の海苔和え 味噌汁（里芋・大根）	レーズンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・砂糖・ホットケーキミックス	生揚げ・醤油・みりん・のり・味噌・かつお粉・ヨーグルト・牛乳・いりこ	玉ねぎ・にんじん・さやいんげん・ほうれん草・里芋・大根・レーズン	414	13.5	7.1	1.2
1月6日	ナポリタンスパゲッティ ひじきサラダ バナナ	青菜おにぎり いりこ	スパゲッティ・オリーブ油・マヨネーズ・米・ごま	ベーコン・ケチャップ・コシソメ・塩・ひじき・ツナ・大豆・いりこ・わかめ	玉ねぎ・人参・ビーマン・しめじ・どうもろこし・きゅうり・バナナ・大根	473	14.1	11.7	1.3
1月7日	麦ごはん タラのカレーフライ ブロッコリーとパプリカの煮浸し 澄まし汁（麸・えのき・小松	プリン いりこ	米・麦・薄力粉・カレー粉・サラダ油・砂糖・パニラエッセンス・バター	タラ・かつお粉・麸・醤油・塩・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ・プリン	バセリ・ブロッコリー・パプリカ・えのき・小松菜	369	17.1	10.6	0.9
1月8日	麦ごはん グリーンバーグ 春雨の甘酢和え 味噌汁（南瓜・油揚げ）	シュガー揚げパン 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・春雨・砂糖・コッペパン・サラダ油・グラニュー糖	豚ひき肉・鶏卵・ケチャップ・酢・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	ビーマン・ほうれん草・玉ねぎ・小松菜・人参・どうもろこし・南瓜	524	20.1	18.1	1.4
1月9日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 豆まめサラダ 味噌汁（キャベツ・玉ねぎ）	じゃが芋もち 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・マヨネーズ・じゃが芋・片栗粉・バター	鶏もも肉・醤油・酢・酒・枝豆大豆・魚肉ソーセージ・味噌・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ	しょうが・どうもろこし・人参・キャベツ・玉ねぎ	509	20.2	19.2	1.6
1月13日	麦ごはん 炒り豆腐 カリフラワーのサラダ 味噌汁（切り干し大根・わかれ）	きな粉クッキー 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・薄力粉・きな粉・ベーキングパウダー	豆腐・醤油・ツナ・切り干し大根・わかれ・味噌・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・しいたけ・ほうれん草・カリフラワー・小松菜	462	16.2	17.0	1.6
1月14日	麦ごはん 鯖の塩焼き 肉じゃが 味噌汁（小松菜・えのき）	芋ようかん 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・サラダ油・砂糖・さつまいも・寒天	鯖・塩・豚肉・しらたき・醤油・みりん・牛乳・いりこ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・小松菜・えのき	441	18.8	11.8	1.1
1月15日	あんかけ焼きそば ささ身と野菜の胡麻和え みかん	五目おにぎり いりこ	中華麺・サラダ油・片栗粉・ごま・マヨネーズ・米	豚肉・エビ・中華だし・醤油・鶏ささみ・鶏ひき肉・油揚げ・みりん・酒・いりこ	人参・ビーマン・玉ねぎ・白菜・たけのこ・しいたけ・きゅうり・みつば・みかん	391	19.2	8.3	1.6
1月16日	麦ごはん ボクピーンズ ごぼうサラダ 味噌汁（じゃがいも・油揚げ）	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・ごま・じゃがいも・蒸しパンミックス	豚ひき肉・大豆・コンソメ・ケチャップ・味噌・油揚げ・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・なす・ごぼう・きゅうり・どうもろこし	419	17.5	16.7	1.6
1月19日	麦ごはん 焼きコロッケ 野菜の納豆和え 味噌汁（大根・油揚げ）	豆腐ドーナツ いりこ	米・麦・じゃがいも・パン粉・バター・パセリ・ホットケーキミックス・サラダ油	豚ひき・塩・ソース・チーズ・納豆・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・豆腐・いりこ	人参・玉ねぎ・バセリ・ほうれん草・人参・えのき・大根	446	13.9	14.8	1.5
1月20日	豚汁うどん マカロニサラダ みかん	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・マカロニ・マヨネーズ・米	豚肉・豆腐・味噌・かつお粉・ハム・塩・ゆかり・いりこ	大根・人参・ごぼう・ねぎ・きゅうり・どうもろこし・みかん	375	13.6	5.4	1.1
1月21日	麦ごはん アジフライ ナムル風煮びたし 味噌汁（白菜・わかれ）	ガレット 牛乳 いりこ	米・麦・薄力粉・パン粉・サラダ油・砂糖・ごま油・じゃがいも・スキムミルク・バター	鶏・鶏卵・ソース・油揚げ・醤油・酢・わかれ・味噌・かつお粉・チーズ・牛乳・いりこ	ほうれん草・もやし・人参・白菜・バセリ	424	21.0	12.5	1.4
1月22日	カレーライス 野菜の胡麻和え バナナ	焼きそば いりこ	米・麦・じゃがいも・カレールー・ごま・砂糖・中華麺・サラダ油	鶏肉・酢・鶏ひき肉・ソース・いりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・バナナ	455	136.0	13.3	0.8
1月23日	麦ごはん すき焼き風煮 ほうれん草の和え物 味噌汁（かぶ・しめじ）	ブルーンホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ホットケーキミックス	豚肉・焼き豆腐・しらたき・醤油・わかれ・めんつゆ・味噌・かつお粉・ブルーン・牛乳・いりこ	白菜・人参・ほうれん草・えのき・かぶ・しめじ	435	17.3	12.2	1.6
1月26日	麦ごはん 白菜と豚肉の煮物 オーロラサラダ 味噌汁（生揚げ・なす）	蒸かし芋 牛乳 いりこ	米・麦・里芋・砂糖・マヨネーズ・さつまいも	豚肉・しらたき・酒・生揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	白菜・人参・ねぎ・キャベツ・きゅうり・なす	425	16.2	11.0	1.1
1月27日	麦ごはん チンジャオロース 紅白煮 中華スープ	和風トースト 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油・じゃがいも・食パン・ごま	豚肉・オイスターソース・醤油・酒・ツナ・わかれ・中華だし・味噌・みりん・チーズ・牛乳・いりこ	タケノコ・パプリカ・ビーマン・人参・もやし・しいたけ	478	21.7	12.6	2.1
1月28日	麦ごはん ぶりの照り焼き 和風サラダ 味噌汁（チンゲン菜・えのき）	いちごスコーン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・薄力粉・ベーキングパウダー・いちごジャム・バター	かまぼこ・酢・ぶり・みりん・醤油・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	きゃべつ・人参・どうもろこし・チンゲン菜・えのき	420	16.5	12.8	1.4
1月29日	麦ごはん にらハンバーグ れんこんの煮物 味噌汁（さつまいも・ごぼう）	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・さつまいも・コーンフレーク・マッシュマロ・バター	豚ひき肉・鶏卵・オイスターソース・醤油・めんつゆ・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	にら・玉ねぎ・人参・れんこん・さやいんげん・ごぼう	451	15.6	13.2	1.6
1月30日	麻婆ラーメン ポテトサラダ バナナ	オレンジ寒天 いりこ	中華麺・ごま油・砂糖・片栗粉・じゃがいも・マヨネーズ・寒天	中華だし・醤油・豆腐・豚ひき肉・チーズ・味噌・塩・いりこ	ねぎ・人参・にら・にんにく・しょうが・きゅうり・バナナ・オレンジ果汁・みかん	379	14.3	10.4	1.9

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。



給食献立表

乳除去食



ベビーエンゼル保育園

令和8年 1月

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1月5日	麦ごはん 生揚げと野菜の煮物 ほうれん草の海苔和え 味噌汁（里芋・大根）	レーズンホットケーキ 豆乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・砂糖・ホットケーキミックス	生揚げ・醤油・みりん・のり・味噌・かつお粉・ヨーグルト・ 豆乳 ・いりこ	玉ねぎ・にんじん・さやいんげん・ほうれん草・里芋・大根・レーズン	414	13.5	7.1	1.2
1月6日	ナポリタンスパゲッティ ひじきサラダ バナナ	青菜おにぎり いりこ	スパゲッティ・オリーブ油・マヨネーズ・米・ごま	ベーコン・ケチャップ・コシソメ・塩・ひじき・ツナ・大豆・いりこ・わかめ	玉ねぎ・人参・ビーマン・しめじ・どうもろこし・きゅうり・バナナ・大根	473	14.1	11.7	1.3
1月7日	麦ごはん タラのカレーフライ ブロッコリーとパプリカの煮浸し 澄まし汁（麸・えのき・小松	プリン いりこ	米・麦・薄力粉・カレー粉・サラダ油・砂糖・パニラエッセンス・バター	タラ・かつお粉・麸・醤油・塩・かつお粉・鶏卵・牛乳・いりこ・プリン	バセリ・ブロッコリー・パプリカ・えのき・小松菜	369	17.1	10.6	0.9
1月8日	麦ごはん グリーンバーグ 春雨の甘酢和え 味噌汁（南瓜・油揚げ）	シュガーフロート 豆乳 いりこ	米・麦・パン粉・春雨・砂糖・コッペパン・サラダ油・グラニュー糖	豚ひき肉・鶏卵・ケチャップ・酢・醤油・油揚げ・味噌・かつお粉・ 豆乳 ・いりこ	ビーマン・ほうれん草・玉ねぎ・小松菜・人参・どうもろこし・南瓜	524	20.1	18.1	1.4
1月9日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 豆まめサラダ 味噌汁（キャベツ・玉ねぎ）	じゃが芋もち 豆乳 いりこ	米・麦・砂糖・マヨネーズ・じゃが芋・片栗粉・バター	鶏もも肉・醤油・酢・酒・枝豆・魚肉ソーセージ・味噌・かつお粉・鶏卵・ 豆乳 ・いりこ	しょうが・どうもろこし・人参・キャベツ・玉ねぎ	509	20.2	19.2	1.6
1月13日	麦ごはん 炒り豆腐 カリフラワーのサラダ 味噌汁（切り干し大根・わかれ）	きな粉クッキー 豆乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・薄力粉・きな粉・ベーキングパウダー	豆腐・醤油・ツナ・切り干し大根・わかれ・味噌・かつお粉・鶏卵・ 豆乳 ・いりこ	人参・玉ねぎ・しいたけ・ほうれん草・カリフラワー・小松菜	462	16.2	17.0	1.6
1月14日	麦ごはん 鯖の塩焼き 肉じゃが 味噌汁（小松菜・えのき）	芋ようかん 豆乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・サラダ油・砂糖・さつまいも・寒天	鯖・塩・豚肉・しらたき・醤油・みりん・ 豆乳 ・いりこ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・小松菜・えのき	441	18.8	11.8	1.1
1月15日	あんかけ焼きそば ささ身と野菜の胡麻和え みかん	五目おにぎり いりこ	中華麺・サラダ油・片栗粉・ごま・マヨネーズ・米	豚肉・エビ・中華だし・醤油・鶏ささみ・鶏ひき肉・油揚げ・みりん・酒・いりこ	人参・ビーマン・玉ねぎ・白菜・たけのこ・しいたけ・きゅうり・みつば・みかん	391	19.2	8.3	1.6
1月16日	麦ごはん ボクピーンズ ごぼうサラダ 味噌汁（じゃがいも・油揚げ）	チーズ蒸しパン 豆乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・ごま・じゃがいも・蒸しパンミックス	豚ひき肉・大豆・コンソメ・ケチャップ・味噌・油揚げ・かつお粉・チーズ・ 豆乳 ・いりこ	人参・玉ねぎ・なす・ごぼう・きゅうり・どうもろこし	419	17.5	16.7	1.6
1月19日	麦ごはん 焼きコロッケ 野菜の納豆和え 味噌汁（大根・油揚げ）	豆腐ドーナツ いりこ	米・麦・じゃがいも・パン粉・バター・パセリ・ホットケーキミックス・サラダ油	豚ひき・塩・ソース・チーズ・納豆・醤油・油・油揚げ・味噌・かつお粉・豆腐・いりこ	人参・玉ねぎ・バセリ・ほうれん草・人参・えのき・大根	446	13.9	14.8	1.5
1月20日	豚汁うどん マカロニサラダ みかん	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・マカロニ・マヨネーズ・米	豚肉・豆腐・味噌・かつお粉・ハム・塩・ゆかり・いりこ	大根・人参・ごぼう・ねぎ・きゅうり・どうもろこし・みかん	375	13.6	5.4	1.1
1月21日	麦ごはん アジフライ ナムル風煮びたし 味噌汁（白菜・わかれ）	ガレット 豆乳 いりこ	米・麦・薄力粉・パン粉・サラダ油・砂糖・ごま油・じゃがいも・スキムミルク・バター	鶏・鶏卵・ソース・油揚げ・醤油・酢・わかれ・味噌・かつお粉・チーズ・ 豆乳 ・いりこ	ほうれん草・もやし・人参・白菜・バセリ	424	21.0	12.5	1.4
1月22日	カレーライス 野菜の胡麻和え バナナ	焼きそば いりこ	米・麦・じゃがいも・カレールー・ごま・砂糖・中華麺・サラダ油	鶏肉・酢・鶏ひき肉・ソース・いりこ	人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・バナナ	455	136.0	13.3	0.8
1月23日	麦ごはん すき焼き風煮 ほうれん草の和え物 味噌汁（かぶ・しめじ）	ブルーンホットケーキ 豆乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ホットケーキミックス	豚肉・焼き豆腐・しらたき・醤油・わかれ・めんつゆ・味噌・かつお粉・ブルーン・ 豆乳 ・いりこ	白菜・人参・ほうれん草・えのき・かぶ・しめじ	435	17.3	12.2	1.6
1月26日	麦ごはん 白菜と豚肉の煮物 オーロラサラダ 味噌汁（生揚げ・なす）	蒸かし芋 豆乳 いりこ	米・麦・里芋・砂糖・マヨネーズ・さつまいも	豚肉・しらたき・酒・生揚げ・味噌・かつお粉・ 豆乳 ・いりこ	白菜・人参・ねぎ・キャベツ・きゅうり・なす	425	16.2	11.0	1.1
1月27日	麦ごはん チンジャオロース 紅白煮 中華スープ	和風トースト 豆乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油・じゃがいも・食パン・ごま	豚肉・オイスター・ソース・醤油・酒・ツナ・わかれ・中華だし・味噌・みりん・チーズ・ 豆乳 ・いりこ	タケノコ・パプリカ・ビーマン・人参・もやし・しいたけ	478	21.7	12.6	2.1
1月28日	麦ごはん ぶりの照り焼き 和風サラダ 味噌汁（チンゲン菜・えのき）	いちごスコーン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・薄力粉・ベーキングパウダー・いちごジャム・バター	かまぼこ・酢・ぶり・みりん・醤油・味噌・かつお粉・牛乳・いりこ	きゃべつ・人参・どうもろこし・チンゲン菜・えのき	420	16.5	12.8	1.4
1月29日	麦ごはん にらハンバーグ れんこんの煮物 味噌汁（さつまいも・ごぼう）	コーンフレークケーキ 豆乳 いりこ	米・麦・片栗粉・さつまいも・コーンフレーク・マッシュマロ・バター	豚ひき肉・鶏卵・オイスター・ソース・醤油・めんつゆ・味噌・かつお粉・ 豆乳 ・いりこ	にら・玉ねぎ・人参・れんこん・さやいんげん・ごぼう	451	15.6	13.2	1.6
1月30日	麻婆ラーメン ポテトサラダ バナナ	オレンジ寒天 いりこ	中華麺・ごま油・砂糖・片栗粉・じゃがいも・マヨネーズ・寒天	豚ひき肉・豆腐・豚ひき肉・チーズ・味噌・塩・いりこ	ねぎ・人参・にら・にんにく・しょうが・きゅうり・バナナ・オレンジ果汁・みかん	379	14.3	10.4	1.9

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。

