令和8年

1 月 予 定 献 立 表 （ も も ・ ぶ ど う 組 ）

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)
献立名	・チキンカレーライス ・ヨーグルトサラダ (ア)フルーツサラダ	・ごはん ・鯖の味噌煮 ・和風野菜煮 ・オレンジ	・他人丼 (ア)豚肉丼 ・豆腐のすまし汁 ・みかん	・人参ライス ・マカロニグラタン ・ブロッコリーサラダ ・りんご	・ごはん ・白身魚のフライ ・鶏ガラスープ煮 ・オレンジ	・そぼめし ・南瓜のみそ汁 ・バナナ	・ちゃんぽんめん ・こふきいも ・みかん	・パセリライス ・チキンビーンズ ・りんご	・ごはん ・鰆の西京焼き ・豆腐入り野菜煮 ・オレンジ	・ごはん ・五目卵焼き (ア)鶏つくね ・野菜和だし煮 ・みかん	・鮭チャーハン ・コンソメスープ ・バナナ	・けんちんうどん ・南瓜の甘煮 ・みかん	・わかめごはん ・白身魚の青菜煮 ・バナナ	・ごはん ・肉豆腐 ・りんご	・ごはん ・鰆の揚げ煮 ・野菜味噌煮 ・オレンジ
材料名および数量（g）	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 みかん缶 9 もも缶 9 パインアップル缶 9 きゅうり 13.5 コーン缶 9 無糖ヨーグルト(ア) 18 マヨネーズ(ア)ﾏﾖﾄﾞﾚ 1.08 レモン汁 0.45 (ア)+三温糖 0.09	米 36 さば 45 赤みそ 3.6 こいくちしょうゆ 2.25 三温糖 2.7 混合削り節 0.9 本みりん 0.72 こまつな 10 はくさい 15 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 油揚げ 0.3 混合削り節 0.9 三温糖 3 こいくちしょうゆ 5 オレンジ 22.5	米 45 豚肉 18 にんじん 18 たまねぎ 45 糸みつば 1.8 なると(ア) 2.7 鶏卵(ア) 36 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 三温糖 0.9 本みりん 0.9 食塩 0.18 片栗粉 1.35 酒 0.45 木綿豆腐 13.5 さつまいも 9 カットわかめ 0.27 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.18 早生みかん 40	米 36 にんじん 13.5 鳥がら 1.08 パセリ 0.09 鶏肉 13.5 ベーコン(ア) 6.3 ﾏｯｼｭﾙｰﾑ水煮 4.5 たまねぎ 27 にんじん 9 パセリ 0.09 マカロニ 9 ｺﾝｿﾒ(ア)鶏ｶﾞﾗ 0.9 食塩 0.09 白ワイン 1.8 なたね油 0.45 牛乳(ア)豆乳 18 薄力粉 6.3 ﾏｰｶﾞﾘﾝ(ア)油 3.6 とろけるﾁｰｽﾞ(ア) 9 ブロッコリー 27 コーン缶 2.7 オリーブ油 0.18 米酢 0.72 こいくちしょうゆ 0.72 三温糖 0.45 食塩 0.09 りんご 22.5	米 36 カラスガレイ 45 食塩 0.09 薄力粉 4.15 パン粉 9 鶏卵(ア) 6.3 牛乳(ア)豆乳 4.15 なたね油 2.7 とんかつソース 6.3 キャベツ 15 葉ねぎ 5 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 もずく 5 いりごま 0.5 鳥がら 0.9 食塩 0.1 オレンジ 22.5	米 22.5 ゆで中華めん 45 豚肉 13.5 キャベツ 18 にんじん 9 たまねぎ 9 あおのり 0.09 酒 0.9 食塩 0.09 焼きそばソース 8.1 ウスターソース 2.2 こいくちしょうゆ 1.8 かぼちゃ 18 木綿豆腐 13.5 カットわかめ 0.27 混合削り節 0.9 味噌 4.05 バナナ 22.5	ゆで中華めん 90 豚肉 18 キャベツ 18 たまねぎ 18 チンゲンサイ 9 もやし 4.5 にんじん 13.5 なると(ア) 4.5 鳥がら 1.8 食塩 0.27 こいくちしょうゆ 2.7 片栗粉 1.8 じゃがいも 36 パセリ 0.09 食塩 0.18 早生みかん 36	米 36 コンソメ 1 パセリ 0.09 鶏肉 13.5 じゃがいも 18 たまねぎ 27 トマト 18 だいず 13.5 にんじん 13.5 パセリ 0.09 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 三温糖 0.72 トマトケチャップ 4.95 とんかつソース 1.8 こいくちしょうゆ 0.81 白ワイン 0.45 食塩 0.18 マーガリン 3.15 薄力粉 3.6 りんご 22.5	米 36 さわら 45 米みそ 13.5 酒 2.25 本みりん 1.35 三温糖 0.45 木綿豆腐 15 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 しらたき 7 にんじん 20 はくさい 15 こまつな 10 いりごま 0.5 混合削り節 0.9 三温糖 3 こいくちしょうゆ 5 オレンジ 22.5	米 36 鶏卵(ア)木綿豆腐 45 (ア)+片栗粉 食塩 0.09 鶏ミンチ 14 にんじん 4.57 たまねぎ 2.73 葉ねぎ 1.83 干ししいたけ 0.9 三温糖 1.35 こいくちしょうゆ 1.62 混合削り節 0.9 水 4.5 キャベツ 15 たまねぎ 20 だいこん 15 にんじん 20 さつまいも 25 葉ねぎ 10 かつお節 0.5 混合削り節 1.8 こいくちしょうゆ 5 食塩 0.2 三温糖 2 本みりん 1 早生みかん 40	米 45 紅さけ 27 コーン缶 4.5 たまねぎ 18 にんじん 9 ほうれんそう 9 いりごま 1.8 食塩 0.09 こいくちしょうゆ 2.25 ごま油 0.45 カットわかめ 0.45 かぼちゃ 9 キャベツ 7.2 コンソメ 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5	ゆでうどん 90 鶏肉 18 かまぼこ(ア) 9 ごぼう 4.5 にんじん 4.5 だいこん 13.5 木綿豆腐 27 冷凍さといも 13.5 葉ねぎ 7.2 しらたき 6.3 油揚げ 4.5 混合削り節 1.8 こいくちしょうゆ 5.4 食塩 0.36 三温糖 0.36 本みりん 1.62 片栗粉 1.8 かぼちゃ 36 混合削り節 0.45 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 1.3 食塩 0.09 早生みかん 36	米 36 わかめふりかけ 1.8 いりごま 0.9 カラスガレイ 45 薄力粉 2.7 食塩 0.09 はるさめ 2.7 チンゲンサイ 18 たまねぎ 36 にんじん 13.5 たけのこ水煮 4.5 干ししいたけ 0.9 コンソメ 1.08 こいくちしょうゆ 2.7 食塩 0.18 片栗粉 1.8 バナナ 22.5	米 36 牛肉 18 木綿豆腐 54 たまねぎ 27 しらたき 9 はくさい 13.5 にんじん 13.5 葉ねぎ 9 混合削り節 0.9 三温糖 1.35 こいくちしょうゆ 3.15 酒 0.9 片栗粉 1.8 りんご 22.5	米 36 さわら 45 片栗粉 2.7 なたね油 2.7 水 9 こいくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.7 本みりん 1 ほうれんそう 10 もやし 15 にんじん 20 さつまいも 25 たまねぎ 20 油揚げ 2 カットわかめ 0.3 しらたき 7 混合削り節 0.9 味噌 7 オレンジ 22.5
おやつ	麩のラスク 牛乳	ホットケーキ 牛乳	変わりラスク 牛乳	大学いも 牛乳	ジャムサンド 牛乳	おかし 牛乳	炊き込みおにぎり 牛乳	豆乳フレンチトースト 牛乳	レモンケーキ 牛乳	蒸しパン 牛乳	おかし 牛乳	ひじきとごまのおにぎり 牛乳	チーズトースト 牛乳	甘食 牛乳	アイスボックスクッキー 牛乳
エネルギー	542	491	515	553	503	411	489	541	521	518	445	536	455	450	556
たんぱく質	14.9	21.4	21.5	17.3	23.5	14.8	20.8	19.9	23.1	21.7	16.9	26	20.2	18.3	21.5

日	23日(金)	24日(土)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
献立名	・ごはん ・チキンポトフ ・みかん	・和風ツナスパゲティ ・コンソメスープ ・バナナ	・ビーフライス ・コーンクリームスープ ・オレンジ	・ごはん ・揚げ魚の甘酢あん ・野菜味噌煮込み ・りんご	・ごはん ・高野豆腐の卵とじ (ア)高野豆腐の煮付け ・じゃがバター ・バナナ	・ごはん ・鮭のチーズ焼き ・コーンクリーム煮 ・りんご	・ごはん ★ ・煮込みカレーハンバーグ ・コンソメ野菜煮 ・みかんゼリー	・ケチャップライス ・野菜スープ ・バナナ
材料名および数量（g）	米 36 鶏肉 18 ウインナーソーセージ 13.5 (ア)卵・乳不使用ウィンナ たまねぎ 27 にんじん 13.5 じゃがいも 27 だいこん 18 キャベツ 18 セロリー 4.5 鳥がら 1.35 食塩 0.18 片栗粉 1.3 早生みかん 36	スパゲティ 36 まぐろ油漬缶 13.5 たまねぎ 13.5 にんじん 9 えのきたけ 6.3 ほうれんそう 9 こいくちしょうゆ 2.88 食塩 0.09 きざみのり 0.09 にんじん 4.5 木綿豆腐 18 カットわかめ 0.27 たまねぎ 9 コンソメ 1.08 食塩 0.18 バナナ 22.5	米 45 牛ミンチ 13.5 ごぼう 9 にんじん 9 さやいんげん 3.6 油揚げ 3.6 こいくちしょうゆ 3.6 白ワイン 0.3 本みりん 0.7 コンソメ 0.8 三温糖 2.3 コーン缶 3.15 ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 9 たまねぎ 13.5 パセリ 0.09 コンソメ 0.9 食塩 0.09 薄力粉 3.6 マーガリン 2.7 牛乳 9 オレンジ 22.5	米 36 あかうお 45 食塩 0.09 片栗粉 2.7 なたね油 2.7 たまねぎ 13.5 赤ピーマン 7.2 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 3.6 食塩 0.09 米酢 2.7 片栗粉 0.9 だいこん 15 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 はくさい 15 本しめじ 4 カットわかめ 0.2 混合削り節 0.9 味噌 7 りんご 22.5	米 36 鶏肉 18 たまねぎ 27 干ししいたけ 1 鶏卵(ア) 36 高野豆腐 7.2 にんじん 13.5 葉ねぎ 7.2 しらたき 7.2 竹輪(ア) 4.5 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.1 三温糖 1.8 本みりん 0.9 食塩 0.1 片栗粉 1.35 じゃがいも 45 パセリ 0.09 バター 1.8 食塩 0.18 バナナ 22.5	米 36 紅さけ 45 酒 1.8 味噌 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 しめじ 4.5 たまねぎ 9 食塩 0.09 プロセスチーズ 4.05 にんじん 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 チンゲンサイ 10.8 キャベツ 15 コーン缶 4.5 ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 15 鳥がら 0.9 食塩 0.1 りんご 22.5	米 36 豚ミンチ 45 たまねぎ 18 にんじん 9 鶏卵(ア) 4.5 パン粉 1.35 牛乳(ア)豆乳 2.7 食塩 0.09 とんかつソース 3.6 ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ 4.5 三温糖 2.7 カレー粉 0.22 ｺﾝｿﾒ(ア)鶏ｶﾞﾗ 1.08 じゃがいも 25 にんじん 20 キャベツ 15 たまねぎ 20 だいこん 15 カットわかめ 0.3 コンソメ 1 食塩 0.1 みかんゼリー 70	米 45 鶏肉 18 たまねぎ 13.5 にんじん 13.5 黄ピーマン 9 ピーマン 9 ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ 10.8 とんかつソース 1.8 食塩 0.09 たまねぎ 9 にんじん 9 葉ねぎ 4.5 コンソメ 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5
おやつ	ココアホットケーキ 牛乳	おかし 牛乳	みそじゃが餅 牛乳	フルーツヨーグルト 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	レーズンセサミブレッド 牛乳	マーブルケーキ ぎゅうにゅう	おかし 牛乳
エネルギー	499	413	493	471	587	489	584	438
たんぱく質	16	15.8	14.6	20.5	24.3	23.4	21.4	13.1

【1月の行事食】

★30日（金曜日）　お誕生日会

【手作りおやつの材料】

○ 5日(月) おつゆ麩、バター、三温糖
○ 6日(火) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、塩　**(ア)卵除去**
○ 7日(水) 食パン、マヨネーズ、パセリ　**(ア)食パン、マヨドレ、パセリ**
○ 8日(木) さつまいも、なたね油、三温糖、しょうゆ、水
○ 9日(金) 食パン、いちごジャム
○13日(火) 米、鶏ミンチ、ごぼう、薄揚げ、人参、さやいんげん、刻み昆布、酒、しょうゆ、塩
○14日(水) 食パン、豆乳、三温糖、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ、なたね油
○15日(木) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、ﾊﾞﾀｰ、レモン果汁　**(ア)卵除去**
○16日(金) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ　**(ア)卵除去**
○19日(月) 米、ひじき、三温糖、しょうゆ、みりん、酒、白ごま
○20日(火) 食パン、マヨネーズ、とろけるﾐｯｸｽﾁｰｽﾞ、パセリ
(ア)食パン、マヨドレ、とろけるﾐｯｸｽﾁｰｽﾞ、パセリ
○21日(水) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、重曹、バター、油、三温糖、卵、練乳、牛乳、メープルシロップ、水　**(ア)卵・重曹除去**
○22日(木) 薄力粉、バター、卵、三温糖　**(ア)卵除去**
○23日(金) 薄力粉、純ココア、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、塩　**(ア)卵除去**
○26日(月) じゃがいも、バター、三温糖、片栗粉、味噌、みりん
○27日(火) 無糖ヨーグルト、みかん缶、黄桃缶、パイナップル缶、バナナ、三温糖
○28日(水) 米、花かつお、しょうゆ、みりん
○29日(木) 強力粉、ﾄﾞﾗｲｲｰｽﾄ、三温糖、ﾊﾞﾀｰ、塩、水、レーズン、白ごま
○30日(金) 薄力粉、純ココア、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ　**(ア)卵除去**