



# 令和8年1月 喜璃夢（シーズ）給食だより



日付	曜日	献立名	材料	おやつ ※月・金は手作り	
				午前	午後
5	月	ごはん 肉じゃが 味噌汁	米、じゃがいも、こんにゃく、豚肉、かつお節、味噌、豆腐、玉ねぎ、人参、いんげん、わかめ	ウエハース	おたのしみ
6	火	五目ごはん ししゃも 麴玉汁	米、こんにゃく、まる麴、鶏もも肉、豆腐、油揚げ、かまぼこ、ししゃも、人参、ごぼう、しいたけ、ねぎ	一口ゼリー	ビスケット
7	水	七草がゆ 豚肉と大根の煮物 みかん	米、こんにゃく、豚肉、かぶ、人参、しいたけ、大根、みかん	ふがし	肉まん
8	木	ごはん かぼちゃのそぼろ煮 わかめ汁	米、こんにゃく、豚ひき肉、わかめ、かまぼこ、豆腐、かぼちゃ、いんげん、しょうが、人参	せんべい	バームクーヘン
9	金	ごはん 華風雑煮 さばの味噌煮	米、白玉粉、米粉、かまぼこ、豚肉、さば、油揚げ、味噌、人参、ごぼう、大根、ねぎ	カップ ヨーグルト	おたのしみ
13	火	パン ミートスパゲティ サラダ	パン、スパゲティ、ひき肉、ハム、玉ねぎ、人参、なす、トマト缶、きゅうり、コーン	ビスケット	きらず揚げ
14	水	豚丼 チンゲン菜の味噌汁	米、こんにゃく、じゃがいも、豚肉、豆腐、油揚げ、味噌、玉ねぎ、人参、チンゲン菜	果物	ボン菓子
15	木	ごはん クリームシチュー コロコロサラダ	米、じゃがいも、鶏もも肉、豆乳、白菜、かぶ、人参、コーン、パイン、きゅうり、キャベツ	スティックパン	ウエハース
16	金	ごはん 鶏肉の唐揚げ 豆腐のスープ 付け合わせ野菜	米、鶏もも肉、豆腐、ベーコン、しょうが、キャベツ、人参、コーン、ミニトマト	小魚ポリポリ	おたのしみ
19	月	ごはん 魚の野菜あんかけ 豚汁	米、里芋、白身魚、豚肉、豆腐、油揚げ、味噌、大根、人参、ごぼう、ねぎ	チーズ	<div> おかいものごっこ セレクトおやつ </div> 
20	火	カレーライス わかめとしらすの酢の物	米、じゃがいも、豚肉、わかめ、しらす、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり	かりんとう	
21	水	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 麴玉汁 キャベツのおかか和え	米、マヨ、パン粉、まる麴、鮭、豆腐、かまぼこ、コーン、人参、ねぎ、キャベツ、きゅうり	ボーロ	
22	木	パン ポークシチュー コーンサラダ	パン、じゃがいも、豚肉、ハム、きゅうり、コーン、人参、玉ねぎ、しめじ、キャベツ	おしゃぶり昆布	
23	金	焼きそば しゅうまい 野菜スープ	焼きそば、豚肉、ちくわ、かつお節、ハム、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、玉ねぎ、コーン	ボン菓子	
26	月	梅ご飯 呉汁 土佐和え	米、こんにゃく、ツナ、豚肉、豆腐、味噌、豆乳、いか、かつお節、梅干し、大根、人参、ねぎ、えのきだけ、しょうが、キャベツ	スティックパン	おたのしみ
27	火	味噌煮込みうどん はなやさいサラダ	うどん、ごま、マヨ、鶏もも肉、かまぼこ、油揚げ、赤味噌、ウインナー、白菜、人参、しいたけ、ねぎ、ブロッコリー、カリフラワー	せんべい	プリン
28	水	ごはん 筑前煮 納豆 白菜の塩昆布和え	米、里芋、こんにゃく、鶏もも肉、ちくわ、塩昆布、納豆、れんこん、ごぼう、人参、しいたけ、白菜、きゅうり	カップゼリー	ミニパン
29	木	チキンライス コンソメスープ ブロッコリーの中華和え	米、じゃがいも、ごま、鶏肉、ウインナー、玉ねぎ、人参、ピーマン、ブロッコリー、コーン	きらず揚げ	カップ ヨーグルト
30	金	菜飯 すいとん汁 人参サラダ	米、米粉、白玉粉、鶏もも肉、油揚げ、ツナ、大根、にんじん、ねぎ、菜っ葉	果物	おたのしみ

※気温や都合により食材やメニューを変更することがあります。