

令和 8年 1月

## 予定献立表(一般) こども未来局・子育て推進部

日	曜	昼食献立名	午後おやつ 献立名	主な材料の体内での働き			
		乳児 完全給食 幼児 副食給食		血や肉となる 働く力や熱となる	体の調子を整える	調味料・その他	
5 ・ 19	月	ごはん ケチャップピーンズ ミックスベジタブルソテー 味噌汁(麩・えのきたけ)	牛乳 ちんすこう(黄名粉)	大豆水煮 味噌 牛乳 黄名粉	白米,油 砂糖,じゃが芋 バター 麩 小麦粉	人参 玉ねぎ 冷凍グリンピース コーン えのきたけ	水 ケチャップ 塩 こしょう だし汁
6 ・ 20	火	ごはん 松風焼き 炒めなます ごまめ 清汁(はんぺん・小松菜)	牛乳 ふかし芋	豚挽肉,味噌 油揚げ いりこ 牛乳 はんぺん	白米,パン粉 砂糖 油 白胡麻 さつま芋	長ねぎ,大根 人参,れんこん しらたき 干しいたけ 小松菜	水,みりん しょう油,塩 酢 だし汁 酒
7 ・ 21	水	ロールパン ジャーマンオムレツ キャベツの和え物 牛乳 みかん	お茶 雑炊	卵 ベーコン 牛乳 鶏もも肉(皮なし)	ロールパン,じゃが芋 油 胡麻油 砂糖 白米	玉ねぎ,キャベツ 人参,ぽんかん かぶ,大根 長ねぎ,かぶ(葉) 大根(葉)	塩,こしょう しょう油 みりん 麦茶 だし汁
8	木	カレー(ライス) 白菜の中華風甘酢漬け みかん缶	りんご果汁 ウエハース	豚もも肉 牛乳(乳児のみ)	白米,じゃが芋,油 胡麻油 砂糖,麦ふあー	人参,玉ねぎ,白菜 みかん缶, りんごジュース	カレールー,水, 塩,酢, 鶏ガラスープの素
22	木	ごはん 野菜たっぷりハンバーグ エビフライ風コロッケ、 プロッコリーのおかか和え、 コーンポタージュ	のむヨーグルト りんごケーキ	牛乳 豚ひき肉 卵 かつお節 のむヨーグルト	パン粉 米,油 砂糖 じゃがいも ホットケーキミックス	玉ねぎ,クリームコーン缶 にんじん,りんご ピーマン しいたけ プロッコリー	ケチャップ 中濃ソース しょうゆ 塩,こしょう
9 ・ 23	金	のっぺいどん(汁) 魚の照り焼き 三色サラダ	牛乳 ひじきおこわ	鶏もも肉(皮なし) 油揚げ ぶり 味噌 牛乳	乾麺,里芋 油,かたくり粉 砂糖,マヨネーズ 白胡麻,白米 もち米	大根,長ねぎ プロッコリー,カリフラワー 人参 干ひじき 干しいたけ	だし汁 塩 しょう油 みりん 水
13 ・ 27	火	ロールパン 豆腐のミートグラタン 茹で野菜 わかめスープ みかん	牛乳 夕やけごはん	綿豆腐 鶏挽肉 ピザ用チーズ 牛乳	ロールパン 油 小麦粉 白米	玉ねぎ,プロッコリー 人参 生わかめ 長ねぎ みかん	水,ケチャップ 塩,こしょう 鶏ガラスープ 酒 しょう油
14 ・ 28	水	ごはん 肉じゃが ツナサラダ 味噌汁(生揚げ・もやし)	のむヨーグルト ニューナイ豆腐	豚もも肉,まぐろ油漬缶 生揚げ 味噌 のむヨーグルト 牛乳	白米 じゃが芋 砂糖 油 マヨネーズ	人参,玉ねぎ しらたき,冷凍グリンピース キャベツ,きゅうり もやし,粉寒天 黄桃缶	しょう油 だし汁 水 バニラエッセンス シロップ
15 ・ 29	木	ごはん 魚のサンギ れんこんの酢の物 清汁(えのきたけ・かぶ・かぶの葉)	牛乳 小倉サンド	鯖 牛乳	白米,かたくり粉 油,ゆで小豆缶 砂糖 食パン バター	生姜汁,れんこん 人参,きゅうり えのきたけ かぶ かぶ(葉)	しょう油 酢 塩 だし汁
16	金	ごはん レバーのカレー焼き 青菜の炒め煮 味噌汁(大根・なめこ) パイン缶	牛乳 かわさき餃子まん	豚レバー 油揚げ 味噌 牛乳 豚挽肉	白米,小麦粉 油,強力粉 砂糖 胡麻油 かたくり粉	小松菜,人参 大根,なめこ ぽんかん,玉ねぎ キャベツ,にら にんにく,生姜汁	しょう油,酒 カレー粉,だし汁 みりん,ベーキングパウダー ドライイースト 水
26	月	ごはん 八宝菜 黄金煮 みかん缶	牛乳 小豆ドーナツ	豚もも肉 かまぼこ 牛乳 絹豆腐 豆乳	白米,油 砂糖,かたくり粉 さつま芋,バター 米粉 ゆで小豆缶	人参,玉ねぎ 白菜 茹たけのこ 干しいたけ ぽんかん	鶏ガラスープの素 水 塩 ベーキングパウダー
30	金	ごはん 鶏肉のカレー焼き 青菜の炒め煮 味噌汁(大根・なめこ) バナナ	牛乳 かわさき餃子まん	鶏もも肉(皮つき) 油揚げ 味噌 牛乳 豚挽肉	白米,米粉 油,小麦粉 強力粉,砂糖 胡麻油 かたくり粉	小松菜,人参 大根,なめこ ぽんかん,玉ねぎ キャベツ,にら にんにく,生姜汁	塩,カレー粉 だし汁,しょう油 みりん,ベーキングパウダー ドライイースト 水

※乳児には、朝おやつとして牛乳が毎日つきます。

※川崎市保育所給食参考

アレルギー等に配慮し、使用食材を明記しています。各家庭で御確認ください。