

2026年



こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

1/5 月	1/6 火	1/7 水	1/8 木	1/9 金	1/10 土	1/13 火	1/14 水	1/15 木	1/16 金	1/17 土
■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ パナナ	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子
■ チキンピラフ 米 鶏もも皮なし 玉ねぎ 人参 グリーンピース コンソメ 塩 ■ ほうれん草の焼肉酢和え ほうれん草 えのき うすくち醤油 砂糖 酢 すりごま ■ マカロニのスープ マカロニ コーン 薄口醤油 コンソメ パセリ	■ ご飯 米 ■ 赤魚の西京焼き 赤魚 料理酒 西京味噌 砂糖 みりん風調味料 塩 ■ 金平ごぼう ごぼう 人参 糸こんにゃく 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 すりごま ■ 花魁のすまし汁 花魁 玉ねぎ しめじ 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布 ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ ロールパン ロールパン ■ ビーフシチュー 牛肩ロース じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ビーフシチュールー ■ キャベツとしらすのサラダ キャベツ 人参 しらす コーン すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■ フルーツ(りんご) りんご ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ ご飯 米 ■ 鶏肉のバベキソース焼き 鶏もも皮なし ケチャップ ウスターソース 砂糖 ■ 春雨の中巻風サラダ 春雨 ほうれん草 人参 ツナ 薄口醤油 酢 砂糖 ごま油 すりごま ■ 玉ねぎの中巻スープ 玉ねぎ コーン かいわれ大根 うすくち醤油 鶏がらスープ ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ ■ フルーツ(みかん) みかん	■ ご飯 米 ■ 豚肉の甘辛炒め 豚肩ロース キャベツ 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 濃口醤油 みりん風調味料 砂糖 和風だしの素 ■ 大豆とひじきの煮物 ひじき 大豆 人参 竹輪 キヌサヤ 砂糖 濃口醤油 ごま油 和風だしの素 ■ ごぼうの味噌汁 ごぼう 刻み揚げ 青葱 みそ 和風だしの素 ■ フルーツ(みかん) みかん	■ ご飯 米 ■ 高野豆腐とひき肉の煮しめ 高野豆腐 鶏挽肉 人参 干し椎茸 片栗粉 塩 和風だしの素 薄口醤油 みりん風調味料 砂糖 ■ ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 人参 糸かつお 砂糖 薄口醤油 ■ わかめのすまし汁 わかめ 白菜 かいわれ大根 うすくち醤油 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布 ■ フルーツ(りんご) りんご	■ ご飯 米 ■ 白身魚の唐揚げ たら 濃口醤油 料理酒 おろし生姜 片栗粉 サラダ油 ■ チンゲン菜のナムル チンゲン菜 えのき 人参 すりごま ごま油 濃口醤油 砂糖 ■ 大根の中巻スープ 大根 コーン かいわれ大根 うすくち醤油 鶏がらスープ ■ フルーツ(りんご) りんご	■ ご飯 米 ■ ミートローフ 合挽 玉ねぎ 人参 グリーンピース パン粉 牛乳 塩 ケチャップ ■ れんこんのサラダ れんこん 人参 みつば すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 ■ 小松菜のスープ 小松菜 コーン 薄口醤油 コンソメ	■ ご飯 米 ■ 鶏肉と大根の甘辛煮 鶏もも皮なし 大根 人参 玉ねぎ インゲン 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 和風だしの素 ■ マカロニサラダ マカロニ ツナ 人参 エッグケア 酢 和風だしの素 ■ もやしの味噌汁 もやし しめじ 青葱 みそ 和風だしの素 ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ 醤油ラーメン ラーメン 豚肩ロース 人参 キャベツ 玉ねぎ 青葱 コーン 塩 濃口醤油 醤油ラーメンスープ ごま油 ■ 炒り豆腐 豆腐 竹輪 玉ねぎ 人参 干し椎茸 グリーンピース サラダ油 砂糖 濃口醤油 和風だしの素 ■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ ご飯 米 ■ 肉じゃが 牛肩ロース じゃがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく グリーンピース 砂糖 濃口醤油 みりん風調味料 ■ ほうれん草のお浸し ほうれん草 竹輪 薄口醤油 砂糖 糸かつお ■ そうめんのすまし汁 そうめん 刻み揚げ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 和風だしの素 だし昆布
■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ 大学芋 さつまいも サラダ油 砂糖 薄口醤油 黒ごま	■ お茶 麦茶 ■ 七草がゆ 米 七草 大根葉 塩 和風だしの素 だし昆布	■ 牛乳 牛乳 ■ ポテトフライ じゃがいも サラダ油 塩	■ 牛乳 牛乳 ■ ココア蒸しパン ホットケーキミックス ココア 砂糖 牛乳 サラダ油	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ かぼちゃケーキ かぼちゃ 砂糖 牛乳 マーガリン ホットケーキミックス	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ ポテトピザ じゃがいも エッグケア ウインナー チーズ ケチャップ	■ お茶 麦茶 ■ ツナとかげ菜のおにぎり 米 ツナ 小松菜 薄口醤油	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。

2026年



こんだてひょう

※りんごぐみ以上の朝のおやつはありません。

1/19 月	1/20 火	1/21 水	1/22 木	1/23 金	1/24 土	1/26 月	1/27 火	1/28 水	1/29 木	1/30 金	1/31 土
■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■タンドリーチキン 鶏もも皮なし 玉ねぎ ケチャップ カレー粉 エッグケア 濃口醤油	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■カレイの煮付 カレイ 和風だしの素 みりん風調味料 濃口醤油 料理酒 おろし生姜	■牛乳 ■バナナ ■ご飯 米 ■豚肉の生焼焼き 豚肩ロース 玉ねぎ キャベツ 青葱 サラダ油 おろし生姜 料理酒 濃口醤油	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■厚揚げの炒め物 厚揚げ 豚挽肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 しめじ ごま油 濃口醤油 鶏がら みりん風調味料 片栗粉	■牛乳 ■お菓子 ■野菜煮込みうどん うどん 鶏もも皮なし 白菜 人参 しめじ だし昆布 薄口醤油 みりん風調味料 塩 和風だしの素	■牛乳 ■お菓子 ■豚丼 米 豚肩ロース 玉ねぎ 干し椎茸 糸こんにやく 砂糖 薄口醤油 みりん風調味料 もやし ピーマン 人参 砂糖 薄口醤油 酢 黒ごま	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■鯖の利休揚げ 鯖 濃口醤油 みりん風調味料 塩 片栗粉 すりごま ■大根とちくわの煮物 大根 人参 竹輪 インゲン 砂糖 みりん風調味料 薄口醤油 和風だしの素	■牛乳 ■お菓子 ■カレーライス 米 合挽 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレールー ■花野菜サラダ ブロッコリー カリフラワー コーン すりごま 薄口醤油 砂糖 酢 サラダ油 ■フルーツ(りんご) りんご	■牛乳 ■バナナ ■ご飯 米 ■鶏肉と野菜の甘酢炒め 鶏もも皮なし 玉ねぎ ピーマン しめじ 濃口醤油 ケチャップ 砂糖 酢 ■ほうれん草のおかか炒め ほうれん草 人参 薄口醤油 砂糖 糸かつお ■もやしの中華スープ もやし チンゲン菜 鶏がらスープ うすくち醤油 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■牛乳 ■お菓子 ■ミートソーススパゲティ スパゲティ 合挽 玉ねぎ マッシュルーム 人参 トマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 マーガリン ■白菜サラダ 白菜 人参 ツナ 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■カリフラワーのスープ カリフラワー しめじ コンソメ 薄口醤油 パセリ ■フルーツ(りんご) りんご	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■鶏肉と野菜の甘酢炒め 鶏もも皮なし 玉ねぎ キャベツ 人参 おろし生姜 砂糖 濃口醤油 みそ ごま油 ■春雨の酢の物 春雨 きゅうり 竹輪 薄口醤油 砂糖 酢 塩 ■キャベツの中華スープ キャベツ えのき 鶏がらスープ うすくち醤油	■牛乳 ■お菓子 ■味噌豆腐丼 米 豆腐 豚挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 薄口醤油 みそ ごま油 ■春雨の酢の物 春雨 きゅうり 竹輪 薄口醤油 砂糖 酢 塩 ■キャベツの中華スープ キャベツ えのき 鶏がらスープ うすくち醤油
■牛乳 牛乳 ■ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 メープルシロップ	■牛乳 牛乳 ■ジャムパン 食パン イチゴジャム	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■牛乳 牛乳 ■パリパリ 春巻きの皮 マーガリン 砂糖 黒ごま	■お茶 麦茶 ■おぼろおにぎり 米 鶏挽肉 砂糖 薄口醤油 おろし生姜 みりん風調味料	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■牛乳 牛乳 ■ポップコーン ポップコーン サラダ油 塩	■牛乳 牛乳 ■人参ケーキ 人参 ホットケーキミックス 砂糖 牛乳	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■お茶 麦茶 ■塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	■牛乳 牛乳 ■ライスクリスピー ライスクリスピー マシュマロ マーガリン	■牛乳 牛乳 ■お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。