



1月 行事予定 献立



2026年(令和8年)1月2日
社会福祉法人 虹福祉会
瀬戸こども園
松井・桑田
土橋・廣川・小林

12月～3月の目標

食事マナーを習慣づけると共に、
給食を通して食べ物への興味を深めながら楽しい食事時間を過ごす

2026年 1月

日	曜	行事予定	給食献立			主な食材			おやつ	
			主菜	副菜	果物	からだを 作るもの(赤)	からだの調子を調子を 整えるもの(緑)	熱や力の エネルギーに なるもの(黄)	午前	午後
1	木	元日 休園								
2	金	休園								
3	土	休園								
4	日									
5	月	教育・保育始め ひまわりっこ	豚肉と野菜の カレー炒め	酢の物	フライドおさつ	みかん	豚肉 みかん	人参・玉ねぎ・キャベツ・しめじ・きゅうり・わかめ さつまいも	牛乳 マカロニのみたらし風	ミルク フレンチトースト
6	火		松風焼き	野菜サラダ	田作り	バナナ	鶏肉・卵 かえりいりこ	れんこん・人参・キャベツ・きゅうり・コーン バナナ	牛乳 オレンジゼリー	鉄強化乳酸菌飲料 きび砂糖クッキー
7	水	ひまわりっこ	肉じゃが	白和え	くわいのからあげ	りんご	豚肉 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・こんにゃく・ほうれん草・れんこん くわい・りんご	牛乳 バウンドケーキ	お茶 七草がゆ
8	木		ミートスパゲティ	きゅうりの即席漬	かぼちゃグラッセ	みかん	豚肉 かつお節	人参・玉ねぎ・キャベツ・しいたけ・きゅうり かぼちゃ・みかん	牛乳 ポンデケージョ	お茶 フルーツヨーグルト
9	金	絵画指導(5歳児)9:30 布団持ち帰り日 ひまわりっこ	魚の香りフライ	ごぼうサラダ	ジャーマンポテト	バナナ	あじ・卵 ベーコン	ごぼう・人参・きゅうり・コーン・玉ねぎ・バナナ 白ごま・じゃが芋	牛乳 メープルクッキー	ミルク 白玉ぜんざい
10	土	園庭開放 10:00～11:00	鶏肉の照り焼き	中華和え	大根の塩炒め	オレンジ	鶏肉	玉ねぎ・しめじ・ビーマン・きゅうり・もやし・大根 オレンジ	牛乳 フルーツカナッペ	牛乳 フレイドおさつ
11	日									
12	月	成人の日								
13	火	ひまわりっこ	鶏肉のチーズ焼き	短冊サラダ	にらもやし	りんご	鶏肉 チーズ	玉ねぎ・人参・大根・きゅうり・わかめ・もやし にら・りんご	牛乳 マドレーヌ	お茶 鮭ときのこの焼き込み
14	水	ひまわりっこ	魚のカレー焼き	小松菜の和え物	きんぴら	バナナ	さわら	小松菜・人参・コーン・昆布・ごぼう・バナナ	牛乳 白ごま 大学芋	ミルク スノーボール・えいようかん
15	木	誕生会	トンカツ	コロコロサラダ	キャベツのおかか炒め	みかん	豚肉・卵 かつお節	人参・きゅうり・コーン・キャベツ・黄ビーマン みかん	牛乳 あられ麩	乳酸菌飲料 誕生ケーキ
16	金	絵画指導(5歳児)9:30 ひまわりっこ	魚の磯辺揚げ	ごま酢和え	パプリカ三色ソテー	オレンジ	すけそだら ベーコン	人参・キャベツ・もやし・きゅうり・玉ねぎ・ビーマン 黄ビーマン・赤ビーマン・オレンジ	牛乳 白ごま	ミルク コーン蒸しパン レモンゼリー
17	土	園庭開放 10:00～11:00	肉豆腐	大根の浸し	粉ふき芋	バナナ	豚肉・焼き豆腐 かつお節	人参・玉ねぎ・葉ねぎ・干しいたけ・大根・バナナ じゃが芋	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳 パン
18	日									
19	月	ひまわりっこ	魚のかば焼き風	チンゲン菜のナムル	野菜の煮付	みかん	さば 厚揚げ	人参・チンゲン菜・もやし・大根・いんげん みかん	牛乳 じゃが芋のオーブン焼き	ミルク コーンフレークッキー
20	火		豆腐のまり揚げ	キャベツの即席漬	じゃが芋のきんぴら	オレンジ	鶏肉・木綿豆腐 卵・かつお節	人参・玉ねぎ・葉ねぎ・キャベツ・昆布・オレンジ 白ごま	牛乳 りんごゼリー	ミルク マーブルケーキ
21	水	ひまわりっこ	魚とほうれん草の グラタン	中華風サラダ	かぼちゃのオイル焼き	バナナ	さけ・牛乳 チーズ	ほうれん草・玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり もやし・かぼちゃ・バナナ	牛乳 シュガートースト	ミルク おさつごま焼き
22	木		お好み焼き	切干大根の酢の物	糸切昆布の煮付	りんご	豚肉・えび・卵 さつま揚げ	人参・キャベツ・もやし・葉ねぎ・切干大根・昆布 きゅうり・りんご	牛乳 マヨネーズ	お茶 フルーツヨーグルト
23	金	布団持ち帰り日 ひまわりっこ	けんちん汁	ステイクきゅうり	茹プロッコリー	みかん	鶏肉・木綿豆腐 油揚げ	人参・大根・ごぼう・葉ねぎ・こんにゃく・きゅうり プロッコリー・みかん	牛乳 黒糖蒸しパン	ミルク ジャムクッキー
24	土	園庭開放 10:00～11:00	から揚げ	マカロニサラダ	もやしソテー	バナナ	鶏肉	人参・キャベツ・きゅうり・コーン・もやし・ビーマン バナナ	牛乳 マヨネーズ	牛乳 フレイドポテト
25	日									
26	月	口座振替 ひまわりっこ	豚肉のソース煮	プロッコリーの 彩サラダ	わかめスープ	オレンジ	豚肉 ソナ	玉ねぎ・プロッコリー・人参・にら・わかめ オレンジ	牛乳 マフィン	お茶 梅ごはん
27	火		卵とじ	ナムル	ケチャップ炒め	バナナ	鶏肉・卵 えび	人参・玉ねぎ・しいたけ・キャベツ・いんげん もやし・きゅうり・ビーマン・バナナ	牛乳 マカロニ	ミルク チーズぎょうざ
28	水	ひまわりっこ	魚の甘酢漬	白菜とほうれん草の ごま和え	マッシュポテト	りんご	さけ 牛乳	白菜・ほうれん草・人参・コーン・玉ねぎ・りんご じゃが芋	牛乳 ラスク	鉄強化乳酸菌飲料 ピーナッツクッキー
29	木		豆腐とひき肉の トマト煮	大根の即席漬	野菜ソテー	みかん	豚肉 木綿豆腐	玉ねぎ・トマト・ビーマン・大根・人参・キャベツ しめじ・みかん	牛乳 コーンケーキ	ミルク じゃこのせトースト
30	金	ひまわりっこ	魚の タルタルソースかけ	コールスローサラダ	さつまいも甘煮	バナナ	すけそだら 卵	玉ねぎ・トマト・ビーマン・バナナ きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・人参・コーン・バナナ さつまいも	牛乳 牛乳	お茶 きな粉クッキー
31	土	園庭開放 10:00～11:00	中華丼	塩もみきゅうり	切干大根の煮付	みかん	豚肉 えび	人参・玉ねぎ・白菜・もやし・干しいたけ・葉ねぎ きゅうり・切干大根・みかん	牛乳 牛乳 牛乳寒天	牛乳 牛乳 ジャムケーキ