



給食だより



令和8年

認定こども園 愛媛帝京幼稚園

日	曜	献立	3色分類			アレルギー	9時	15時
			あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
5	月	ごはん 魚の塩焼き 豚汁 ひじきの煮物 フルーツ(りんご)	まだい 豚肉 麦みそ だいす 油揚げ	米 サラダ油 さつまいも しらたき 三温糖	だいこん にんじん 葉ねぎ ひじき グリンピース りんご	小麦 りんご 豚肉 大豆	牛乳 みかん	牛乳 サッポロポテト
6	火	他人丼 大根なます フルーツ(みかん)	豚肉 かに風かまぼこ	米 三温糖	にんじん たまねぎ はくさい 生しいたけ 葉ねぎ だいこん きゅうり みかん	かに 卵 小麦 豚肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 ミレービスケット
7	水	ごはん 鶏肉のごまダレ焼き スクランブルエッグ フルーツ(バナナ)	鶏肉 ベーコン	米 上白糖 いりごま オリーブ油	トマト ブロッコリー ほうれんそう コーン バナナ	卵 小麦 バナナ 鶏肉 豚肉 大豆 ごま	牛乳 りんご	牛乳 フルーチェザリー
8	木	<始園式> 七草粥 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 日の出みかん寒(手作り)	油揚げ 鶏肉	米 でん粉 サラダ油 じゃがいも マヨネーズ 三温糖	せり なすな ごきょう はこべら ほとけのざ だいこん かぶ にんじん にんこく しょようが レタス トマト きゅうり コーン みかん缶 みかん果汁 寒天	卵 小麦 鶏肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 雪の宿
9	金	<誕生日会> カレーライス スパゲティサラダ 誕生日デザート	豚肉 ホップクリーム	米 じゃがいも サラダ油 スパゲッティ マヨネーズ スポンジケーキ	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ さくらんぼ	卵 小麦 乳 豚肉	牛乳 みかん	牛乳 野菜かりんとう
10	土	五目うどん 肉じゃが フルーツ(みかん)	鶏卵 油揚げ かまぼこ 牛肉	ゆでうどん 米 じゃがいも サラダ油 三温糖	カットわかめ 葉ねぎ たまねぎ にんじん えだまめ みかん	卵 小麦 牛肉 大豆	牛乳 りんご	牛乳 黒糖コッペパン
13	火	ごはん 魚のマヨネーズ焼き かき玉汁 れんこんとごぼうのきんぴら フルーツ(りんご)	さけ まだい 鶏卵 かに風かまぼこ 油揚げ	米 マヨネーズ でん粉 サラダ油 三温糖	たまねぎ 葉ねぎ れんこん ごぼう にんじん りんご	かに 卵 小麦 さけ りんご 大豆	牛乳 みかん	牛乳 チーズホットケーキ (手作り)
14	水	中華丼 大根サラダ フルーツ(みかん)	豚肉 むきえび まぐろ水煮缶	米 ごま油 でん粉	たまねぎ にんじん はくさい 生しいたけ だいこん きゅうり みかん	えび 小麦 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 さつま芋スティック (手作り)
15	木	☆手作りお弁当☆						牛乳 りんご
16	金	もち麦ごはん トンカツ ほうれん草のたくあん和え ブチゼリー	豚肉	米 もち麦 小麦粉 パン粉 サラダ油 いりごま ゼリー	ブロッコリー トマト ほうれんそう キャベツ にんじん たくあん	小麦 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま	牛乳 みかん	牛乳 おつとつ
17	土	オムライス 白菜とツナの塩昆布和え コーンスープ フルーツ(みかん)	鶏卵 鶏肉 まぐろ水煮缶 牛乳 脱脂粉乳	米 クルトン	たまねぎ はくさい 緑豆もやし きゅ うり 塩昆布 コーン みかん	卵 小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 ごまロールパン
19	月	ごはん 魚のごま揚げ みぞれ汁 高野豆腐の卵とじ フルーツ(バナナ)	さわら まだい 油揚げ 高野豆腐 鶏卵	米 てんぶら粉 いりごま サラダ油 三温糖	はくさい にんじん えのきたけ だいこん 葉ねぎ たまねぎ 生しいたけ きぬさや バナナ	卵 小麦 バナナ 大豆 ごま	牛乳 りんご	牛乳 源氏パイ
20	火	豚丼 かみかみ和え フルーツ(りんご)	豚肉 さきいか 竹輪	米 しらたき 三温糖	にんじん たまねぎ 葉ねぎ きゅうり キャベツ りんご	卵 小麦 乳 いか りんご 豚肉 大豆	牛乳 みかん	牛乳 ビザートースト (手作り)
21	水	ごはん ハンバーグ 野菜のごま和え キヤンティーチーズ	牛ミニチ 豚ミニチ 豆腐 鶏卵 脱脂粉乳 牛乳 竹輪 チーズ	米 パン粉 サラダ油 いりごま	たまねぎ にんじん レタス トマト ほうれんそう キャベツ	卵 小麦 乳 牛肉 豚肉 大豆 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 ベジたべる
22	木	さつまいもご飯 とり天 和風サラダ フルーツ(バナナ)	鶏肉 かに風かまぼこ	米 さつまいも てんぶら粉 サラダ油 和風ドレッシング	レタス トマト はくさい 緑豆もやし きゅうり バナナ	かに 卵 小麦 バナナ 鶏肉 大豆	牛乳 りんご	牛乳 マリービスケット
23	金	食パン ごはん(0.1.2才) ピーフジチュー マカロニサラダ フルーツ(りんご)	牛肉	食パン 米 じゃがいも サラダ油 マカロニ マヨネーズ	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース コーン きゅうり キャベツ りんご	卵 小麦 乳 りんご 牛肉	牛乳 みかん	牛乳 ウイナーパイ (手作り)
24	土	ちゃんぽん麵 里芋のそぼろ煮 フルーツ(みかん)	豚肉 かまぼこ 鶏ミニチ	ゆで中華めん 米 さといも 三温糖 でん粉 サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ だいこん えだまめ みかん	卵 小麦 鶏肉 乳 豚肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 おにぎり ビスケット(0.1.2才)
26	月	ごはん 魚の塩こうじ焼き けんちん汁 ひじきと糸こん煮 フルーツ(バナナ)	まだい 豆腐 だいす 油揚げ	米 こうじ サラダ油 しらたき 三温糖	にんじん だいこん 葉ねぎ ひじき グリンピース バナナ	小麦 バナナ 大豆	牛乳 りんご	牛乳 ビスコ
27	火	牛丼 野菜の卵とじ フルーツ(りんご)	牛肉 鶏卵	米 しらたき 三温糖	にんじん たまねぎ 葉ねぎ キャベツ きぬさや りんご	卵 小麦 りんご 牛肉 大豆	牛乳 みかん	牛乳 かぼちゃケーキ (手作り)
28	水	ごはん ささみのレモン煮 青菜とちりめん炒め フルーツ(みかん)	鶏肉 ちりめん 竹輪	米 でん粉 サラダ油	レモン レタス トマト 緑豆もやし こまつな にんじん みかん	卵 小麦 大豆 かに	牛乳 バナナ	牛乳 おにぎりせんべい
29	木	もち麦ごはん おでん きゅうりともずくの酢の物 フルーツ(バナナ)	鶏肉 厚揚げ 竹輪 うずら卵水煮缶 かに風かまぼこ	米 もち麦 じゃがいも こんにゃく 三温糖	だいこん にんじん きゅうり キャベツ もずく バナナ	かに 卵 小麦 バナナ 鶏肉 大豆	牛乳 りんご	牛乳 ブチシュークリーム
30	金	ごはん ポークピーンズ 白菜とツナのサラダ フルーツ(りんご)	豚肉 だいす まぐろ水煮	米 三温糖 和風ドレッシング	たまねぎ キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン ブロッコリー トマトソース はくさい 緑豆もやし にんじん コーン りんご	小麦 りんご 豚肉 大豆	牛乳 みかん	牛乳 黒糖さつま芋蒸しパン (手作り)
31	土	カレーピラフ エッグサラダ コンソメスープ フルーツ(みかん)	牛ミニチ 豚ミニチ 鶏卵 ワインソーセージ	米 マヨネーズ じゃがいも	たまねぎ きゅうり キャベツ にんじん みかん	卵 乳 りんご 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 チーズパン

※天候や季節による仕入れの変更で、献立内容が変わる場合もありますが、ご了承ください。

~食育だより~

新しい年がスタートしました。まだまだ寒い日が続きますが、早寝早起きをし、朝ごはんをしっかり食べ、生活リズムを整えていきましょう。

旬の食材を楽しみながら今年も元気に過ごしていましょう。

☆七草がゆ☆

春の七草が入ったおかゆ。園では8日の給食で提供します。

お正月のごちそうで疲れた胃腸を休ませ、冬場に不足しがちな青菜の栄養を補い、一年間元気に過ごせるようにと願いが込められています。

