

2026年 山ノ本こども園

日	曜	献立	豚骨湯	赤・血や痰になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)
1	水	白米 鶏のから揚げ ほうれん草のツナ和え ひじきの和風煮 豚とキャベツの味噌汁	りんごケーキ 牛乳	鶏もも、まぐろ缶詰 はらわた、油揚げ 淡色牛乳、普通牛乳	米、厚揚げ、卵黄、味噌 焼き餅、ホットケーキミックス	ほうれん草、にんじん えだまめ、キャベツ、葉ねぎ りんご缶詰	こいくちしょうゆ、料理酒 みりん風調味料、だし
2	木	豚汁 厚揚げごましょうゆ焼き キャベツときゅうりの酢の物 豆腐とわかめの味噌汁	マカロニきなこ 牛乳	鶏もも、厚揚げ、ソフト豆腐 カットわかめ、淡色牛乳 きな粉、普通牛乳	米、卵黄、味噌、かたくり粉 ごま、ごま油、マカロニ	たまねぎ、葉ねぎ、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん	こいくちしょうゆ、だし みりん風調味料、動物性 油脂
3	金	白米 鯖の塩焼き 枝菜のさんぴら ほうれん草としやしの鶏がら じゃが芋と三ねぎの味噌汁	コーントースト 牛乳	さわらび、焼きのり 淡色牛乳、プロセスチーズ 普通牛乳	米、ごま、ごま油、味噌 じゅめいも、食パン マヨネーズ	卵みそ子、れんこん、ごぼう にんじん、ほうれん草 りょうとうもやし、たまねぎ スライス スイートコーン缶詰	うすくちしょうゆ、料理酒 みりん風調味料、だし こいくちしょうゆ バター
4	土	おにぎり(わかめ) 五目うどん まつま芋の天ぷら バナナ	黒糖ちんすこう 牛乳	炊き込みわかめ、鶏もも 油揚げ、普通牛乳	米、うどん、かつまいも 厚揚げ、黒砂糖、卵黄油	こねぎ、にんじん、生しいたけ しょうが、バナナ	うすくちしょうゆ、だし みりん風調味料、食塩
6	水	白米 鶏肉の照り焼き 手切り巻 小松菜と厚揚げの和え しめじと大根の味噌汁	カップケーキ 牛乳	鶏もも、厚揚げ、淡色牛乳 普通牛乳	米、味噌、卵黄油 ソフトケーキミックス	切干たけのこ 生しいたけ、にんじん グリーンピース、こまつな まのまけ、ほんしめじ 大根、ネギ	こいくちしょうゆ みりん風調味料、だし うすくちしょうゆ
7	火	白米 赤魚若狭焼 五目豆 キャベツとハムのごまマヨ和え ごぼうと人参の味噌汁	チーズおかおにぎり 牛乳	あじふり、だいご煮物 卵みそ子、かつま揚げ ローズハム、淡色牛乳 プロセスチーズ、かつお節 普通牛乳	米、味噌、ごま、マヨネーズ	にんじん、キャベツ、ごぼう 葉ねぎ	うすくちしょうゆ、だし みりん風調味料、だし こいくちしょうゆ
8	水	白米 春キャベツのコロッケ 青菜のクリーム煮 もやしと油揚げの味噌汁 オレンジ	バナナケーキ 牛乳	鶏きり肉、ベーコン 厚揚げ、油揚げ 淡色牛乳、普通牛乳	米、じゃがいも、厚揚げ パン粉、卵黄油、かたくり粉 ホットケーキミックス、味噌	キャベツ、たまねぎ ツングダンサイ りょうとうもやし 葉ねぎ、バナナ	食塩、ウスターソース トマトケチャップ、だし
9	木	おにぎり(菜めし) 野菜たっぷり醤油ラーメン ちくわの磯辺揚げ かぼちゃの煮物	いちごジャム蒸しパン 牛乳	鶏もも、鶏さばき、あおのり 普通牛乳	米、中巻めん、厚揚げ 味噌、味噌 ホットケーキミックス いちごジャム	キャベツ、たまねぎ、にんじん りょうとうもやし、にん スイートコーン缶詰 西洋かぼちゃ	鶏のしめ煮、こいくちしょうゆ みりん風調味料、だし、食塩
10	金	木の葉丼 キャベツと焼き油揚げの和え物 玉ねぎとえのきのすまし汁 りんごゼリー	ミニスイートポテト 牛乳	蒸しかまぼこ、鶏卵、油揚げ 葉菜、普通牛乳	米、味噌、かたくり粉 かつまいも	葉ねぎ、たまねぎ、キャベツ えのきたけ、かみつば りんご乾料	うすくちしょうゆ、だし みりん風調味料、食塩 こいくちしょうゆ
11	土	パセリライス きのこと豆のマカロニサラダ フルーツヨーグルト	ジャムサンド 牛乳	鶏もも、ヨーグルト 普通牛乳	米、マカロニ、ごま、味噌 食パン、いちごジャム	たまねぎ、にんじん マッシュルーム、えだまめ ぶなしめじ スイートコーン缶詰 もも缶詰、おのこ缶詰、バナナ	パセリ、トマトケチャップ ごまドレッシング
13	月	白米 豚じゃが ピーマンのサラダ 小松菜のごま和え 大根と人参の味噌汁	揚げパン 牛乳	鶏もも、ローズハム 焼き餅、淡色牛乳 きな粉、普通牛乳	米、じゃがいも、味噌 ピーマン、マヨネーズ、ごま ロールパン、卵黄油	にんじん、たまねぎ グリーンピース、きゅうり こまつな、大根、葉ねぎ	こいくちしょうゆ、だし みりん風調味料、動物性 油脂、うすくちしょうゆ
14	火	白米 タン豆とピーマンのサラダ ほうれん草のツチー コンソメスープ	ブルドネージュ 牛乳	鶏もも、コンソメ 大豆水煮、ベーコン 普通牛乳	米、じゃがいも、味噌 オリーブ油、卵黄油 厚揚げ、かたくり粉 マーガリン、砂糖	ブロッコリー、レタス ほうれん草、エリンギ キャベツ、スイートコーン	トマトケチャップ、のれん粉 食塩、バター、だし ベーキングパウダー
15	水	おにぎり(ゆかり) ちゃんぽん かぼちゃの天ぷら オレンジ	じゃこトースト 牛乳	卵ばら、蒸しかまぼこ しらす干し、あおのり 普通牛乳	米、中巻めん、厚揚げ 食パン、マヨネーズ	キャベツ、たまねぎ、にんじん りょうとうもやし スイートコーン缶詰 西洋かぼちゃ パセリ、オレンジ	卵かけ、だし、料理酒 うすくちしょうゆ、食塩

16	木	白米 カレーの煮つけ まつまいも金平 青菜のおきし 豆腐となめこの味噌汁	お好み風おやき 普通牛乳	鶏もも、まつま揚げ かつお節、ソフト豆腐 淡色牛乳、味噌 鶏きり肉、鶏卵、あおのり 普通牛乳	米、味噌、かつまいも ごま油、味噌、厚揚げ 絹豆腐、マヨネーズ	みりん風調味料、料理酒	みりん風調味料、料理酒 こいくちしょうゆ、だし お好み焼きソース
17	金	白米 鶏の磯辺から揚げ じゃが芋のマヨネーズ和え ほうれん草としやきの味噌汁 ももゼリー	たまねぎおにぎり 牛乳	鶏もも、あおのり、鶏きり肉 カットわかめ、淡色牛乳 葉菜、普通牛乳	米、かたくり粉、厚揚げ 卵黄油、じゃがいも、ごま マヨネーズ、グリーンピース 天ぷら	ほうれん草、葉ねぎ 鶏がら、おろし	こいくちしょうゆ、料理酒 うすくちしょうゆ、食塩 だし、みりん風調味料
18	土	シシリアンライス風 オニオンスープ フルーツポンチ	パイナップルケーキ 牛乳	鶏もも、ベーコン、鶏卵 普通牛乳	米、味噌、マヨネーズ ホットケーキミックス 卵黄油	たまねぎ、にんじん、しょうが キャベツ、きゅうり、トマト もも缶詰、おのこ缶詰、バナナ パイナップル缶詰	こいくちしょうゆ、料理酒 みりん風調味料、バター だし
20	月	ピピンパン さといもから揚げ 中華スープ バナナ	あんトースト 牛乳	鶏むね肉、こしあん 普通牛乳	米、味噌、ごま、ごま油 さといも、かたくり粉 鶏がら粉、食パン、マーガリン	にんじん、ほうれん草 ブロッコリー、おのこ ツングダンサイ、バナナ	だし、こいくちしょうゆ みりん風調味料 うすくちしょうゆ
21	火	白米 白身魚の香林から揚げ ブロッコリーのおかか和え 高野豆腐の煮物 キャベツと油揚げの味噌汁	さといもとさくらえびの おやき 牛乳	サケ、かつお節、高野豆腐 普通牛乳	米、厚揚げ、かたくり粉 卵黄油、マヨネーズ、味噌 さといも	ゆず、ブロッコリー、にんじん グリーンピース キャベツ、葉ねぎ	食塩、料理酒、ほんしめじ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん風調味料
22	水	チキンカレー 二重手サラダ フルーツヨーグルト	ミニアメリカンドッグ 牛乳	鶏もも、プロセスチーズ ヨーグルト クインシーソース、普通牛乳	米、じゃがいも、かつまいも マヨネーズ、味噌 ホットケーキミックス 味噌	たまねぎ、にんじん、きゅうり もも缶詰、おのこ缶詰、バナナ	カレー粉、食塩
23	木	白米 豚肉と春野菜の味噌炒め かぼちゃの煮物 ほうれん草の磯辺揚げ かき玉すまし汁	レモン風味クッキー 牛乳	鶏もも、淡色牛乳 焼き餅、淡色牛乳 鶏がら、普通牛乳	米、味噌、かたくり粉 ホットケーキミックス、味噌 卵黄油	キャベツ、たまねぎ、たけのこ 赤ピーマン、アスパラガス 西洋かぼちゃ、ほうれん草 えのきたけ、切り干しば れん	こいくちしょうゆ、料理酒 みりん風調味料、だし うすくちしょうゆ、食塩
24	金	おにぎり(わかめ) きつねうどん 小松菜ときまみのお浸し オレンジ	りんごときつま芋の羊羹 牛乳	炊き込みわかめ、油揚げ 蒸しかまぼこ、きまみ かつお節、板焼天 普通牛乳	米、うどん、かつまいも 味噌	鶏のさし、こまつな パセリ、おろし りんご乾料	うすくちしょうゆ、だし パセリ、おろし こいくちしょうゆ
25	土	親子丼 きゅうりとかにかまのごま和え 大根ときつま揚げの煮物 鶏卵と油揚げの味噌汁	焼きおにぎり 牛乳	鶏もも、味噌、油揚げ かに味噌、まぼこ まつま揚げ、淡色牛乳 普通牛乳	米、味噌、かたくり粉 ごま、ごま油、マカロニ	たまねぎ、グリーンピース きゅうり、大根、にんじん れんこん、葉ねぎ	こいくちしょうゆ、だし みりん風調味料 うすくちしょうゆ
27	月	白米 赤鯉豆腐 春雨サラダ 大学芋 中華スープ	ビザトースト 牛乳	鶏もも、味噌、厚揚げ おろし、淡色牛乳 普通牛乳	米、ごま油、味噌、かたくり粉 香ばはるまぎ、マヨネーズ、ごま かつまいも、卵黄油 食パン	たまねぎ、乾しいたけ にんじん、ごぼう、きゅうり トマト、青ピーマン スイートコーン缶詰	こいくちしょうゆ、だし オニオンソース うすくちしょうゆ トマトケチャップ
28	火	おまごわやさい献立 おまごごはん 納豆の塩焼き 大豆サラダ ピーマンのカラフル金平 さといもとなめこの味噌汁	ひ焼き 牛乳	卵のじま、しろさけ 大豆水煮、淡色牛乳 普通牛乳	米、ごま、味噌、ごま油 マヨネーズ、さといも ホットケーキミックス 黒砂糖	鶏手し、にんじん、きゅうり 赤ピーマン、高ひきマン 黒ピーマン、ごぼう なめこ、葉ねぎ	うすくちしょうゆ、だし 食塩、こいくちしょうゆ きまみ、おろし
30	木	白米 レモンチキン 青菜のゆかり和え 大葉しらすり きのこの味噌汁	こいのぼりクッキー 牛乳	鶏もも、焼きのり、高野豆腐 卵黄油、淡色牛乳 普通牛乳	米、かたくり粉、味噌 オリーブ油、卵黄油 ホットケーキミックス	レモン、ツングダンサイ にんじん えのきたけ、ほんしめじ 葉ねぎ	食塩、こしょう、だし こいくちしょうゆ、かたくり粉 みりん風調味料 うすくちしょうゆ ピープロコア

※都合により献立を変更する場合があります