

令和 8 年



1月 給食献立表

太宰府くじら保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
5	月	牛乳	ホークカレー 切干大根のサラダ ヨーグルト	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳・ぶたひき肉・まぐろ水煮缶詰・プレーンヨーグルト・豆乳	リッツ・米・じゃがいも・砂糖・油・ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ・切干しいんこ・ほうれんそう
6	火	牛乳	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き 干草和え 豆腐のすまし汁	お茶 大学芋	牛乳・若鶏もも・ロースハム・絹ごし豆腐	米・塩こうじ・砂糖・さつま芋・なたね油・三温糖・いりごま	チンゲンサイ・もやし・にんじん・えのきたけ・カットわかめ・たまねぎ
7	水	牛乳	麦ご飯 カレイのチーズ焼き コマダレサラダ 里芋の味噌汁	お茶 七草おにぎり&いりこ	牛乳・まがれい・チーズ・ちくわ・油揚げ・麦みそ	クッキー・米・押麦・さといも	ゆでブロッコリー・にんじん・きゅうり・たまねぎ・青ねぎ
8	木	牛乳	ご飯 五目煮 大根の酢の物 かき玉汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・若鶏もも・生揚げ・鶏卵・きな粉	サラダせんべい・米・しらたき・砂糖・片栗粉	くりかぼちゃ・乾しいたけ・グリーンピース・だいこん・きゅうり・カットわかめ・たまねぎ・にんじん・バナナ
9	金	牛乳	食パン 豚肉のマーマレード炒め マカロニサラダ トマトスープ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・ロースハム・大豆水煮缶詰・若鶏むね	食パン・油・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・米	たまねぎ・しめじ・青ピーマン・マーマレードジャム・きゅうり・にんじん・アスパラガス・トマトピューレ・昆布佃煮
10	土	牛乳	中華あんかけ丼 ほうれん草のスープ みかん	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたかたロース(皮脂無)・板かまぼこ	ビスケット・米・ごま油・砂糖・片栗粉・緑豆はるさめ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)	はくさい・たまねぎ・長ねぎ・にんじん・生しいたけ・しょうが・にんにく・ほうれんそう・みかん
13	火	牛乳	野菜ラーメン かぼちゃサラダ フルーツゼリー	牛乳 麩のラスク	牛乳・ぶたもも(皮脂無)・ウインナーソーセージ	クッキー・中華めん・ごま油・マヨドレ・ゼリー・釜焼きふ・無塩バター・グラニュー糖	りょくとうもやし・長ねぎ・にんじん・にら・コーン・くりかぼちゃ・きゅうり・にんじん
14	水	牛乳	ご飯 さわらのゆかり焼き ひじきと大豆のサラダ 大根の味噌汁	牛乳 りんごケーキ	牛乳・さわら・大豆水煮缶詰・まぐろ水煮缶詰・油揚げ・麦みそ・豆乳	米・油・砂糖・ホットケーキミックス	乾ひじき・キャベツ・きゅうり・にんじん・だいこん・えのきたけ・こねぎ・りんご缶詰
15	木	牛乳	ご飯 鶏肉のカレー焼き マセドアンサラダ きのこスープ	牛乳 きなこシュガーパイ	牛乳・鶏むね(皮なし)・ロースハム・きな粉	サラダせんべい・米・油・じゃがいも・マヨドレ・パイ皮・グラニュー糖	きゅうり・にんじん・こまつな・たまねぎ・しめじ・えのきたけ
16	金	牛乳	ご飯 あじの蒲焼 春雨サラダ 白菜のすまし汁 パイン缶	お茶 フライドポテト	牛乳・あじ・かにかまぼこ・絹ごし豆腐	米・片栗粉・油・砂糖・はるさめ・ごま油・フライドポテト	もやし・きゅうり・はくさい・にんじん・パインアップル缶詰
17	土	牛乳	鮭チャーハン コンソメポテト ほうれん草の味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳・麦みそ	ビスケット・米・ごま油・じゃがいも・花麩・サラダせんべい	たまねぎ・にんじん・こねぎ・パセリ・ほうれんそう
19	月	牛乳	親子丼 しらす入りナムル もずくスープ	お茶 クリーミーフルーチェ	牛乳・若鶏もも皮なし・鶏卵・しらす干し・生揚げ・生クリーム	クッキー・米・砂糖・ごま油・いりごま・フルーチェ	長ねぎ・生しいたけ・ほうれんそう・にんじん・もやし・もずく・だいこん・こねぎ
20	火	牛乳	ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・まぐろ水煮缶詰	リッツ・マカロニ・スパゲティ・油・砂糖・マヨドレ・米	たまねぎ・にんじん・ゆでグリーンピース・トマトピューレ・トマトケチャップ・ゆでブロッコリー・きゅうり・にんじん・チンゲンサイ・黄パプリカ・しめじ・菜飯の素

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	446	18	16	232	1.6	68	0.24	0.34	18	3.5	1.3
3歳以上	511	22	16	223	2.2	64	0.3	0.36	23	4.4	1.7

令和 8 年



1月 給食献立表

太宰府くじら保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
21	水	牛乳	ご飯 チキン南蛮 キャベツのゆかり和え さば汁 ★食育献立 宮崎県の郷土料理	牛乳 甘納豆蒸しパン	牛乳・鶏むね(皮なし)・ 鶏卵	米・薄力粉・油・砂糖・マヨ ドレ・甘納豆(あずき)	たまねぎ・赤ピーマン・キャベ ツ・きゅうり・くりかぼちゃ・ にんじん・だいこん・こねぎ
22	木	牛乳	ご飯 肉じゃが 白菜と竹輪のサラダ かぶの味噌汁	牛乳 フレンチトースト	牛乳・ぶた肉・ちくわ・ 麦みそ・鶏卵	サラダせんべい・米・じゃが いも・しらたき・油・砂糖・ 食パン	にんじん・たまねぎ・グリーン ピース・はくさい・アスパラガ ス・かぶ・ほうれんそう・えの きたけ
23	金	牛乳	ロールパン 鶏肉のコーンフレーク焼き コールスローサラダ 豆乳スープ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ まぐろ水煮缶詰・ウイン ナーソーセージ・豆乳	ロールパン・マヨドレ・コー ンフレーク・砂糖・じゃがい も・米・てんかす	キャベツ・コーン・セロリー・ にんじん・たまねぎ・青のり
24	土	牛乳	キッスビビンバ かぼちゃの煮物 春雨スープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたひき肉	ビスケット・米・油・砂糖・ ごま油・三温糖・はるさめ・ 鉄+コラーゲンウエハース(コ コア	ほうれんそう・だいずもやし・ にんじん・くりかぼちゃ・はく さい・たまねぎ・カットわか め・コーン
26	月	牛乳	ご飯 さばの塩焼き 切干大根の炒め煮 じゃがいもとキャベツの味噌汁	牛乳 クラッカーサンド	牛乳・さば・鶏もも・油 揚げ・麦みそ	リッツ・米・油・砂糖・じゃ がいも	切干しだいこん・にんじん・さ やいんげん・キャベツ・こね ぎ・いちごジャム
27	火	牛乳	カレーうどん さつまいもサラダ バナナ	お茶 きなこおにぎりといりこ	牛乳・ぶたもも(皮脂 無)・ロースハム・きな粉	ゆでうどん・さつまいも・マ ヨドレ・米・砂糖	たまねぎ・にんじん・生しいた け・きゅうり・バナナ
28	水	牛乳	ご飯 鮭のごま照り焼き 小松菜の納豆和え 根菜汁	牛乳 コーンフレークスナック	牛乳・さけ・納豆・削り 節・油揚げ	クッキー・米・三温糖・ご ま・さといも・しらたき・ コーンフレーク・マシュマ ロ・無塩バター	こまつな・りょうとうもやし・ にんじん・ごぼう
29	木	牛乳	黒糖ロール ガーリックチキン スパゲティサラダ 野菜スープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・若鶏もも・ロース ハム・さけ缶詰	パン・油・マカロニ・スパゲ ティ・マヨドレ・米	キャベツ・にんじん・コーン・ チンゲンサイ・だいこん・にん じん
30	金	牛乳	ふりかけごはん ハンバーグ 人参ときゅうりのマリネ コーンスープ ヨーグルト ★誕生日会メニュー 豆腐とひじきのそぼろ丼 カリフラワーサラダ 中華スープ	牛乳 ブルーベリーカップケーキ	牛乳・牛ひき肉・ぶたひ き肉・鶏卵・まぐろ水煮 缶詰・豆乳・ヤクルト	サラダせんべい・ご飯・パン 粉・油・砂糖・ホットケーキ ミックス・ホイップクリーム	たまねぎ・トマトケチャップ・ にんじん・きゅうり・コーン缶 詰クリーム・ブルーベリージャ ム
31	土	牛乳		牛乳 お菓子	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・ 油揚げ・まぐろ水煮缶詰	ビスケット・米・油・砂糖・ サラダせんべい	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・ゆでカリフラワー・ゆでブ ロッコリー・カットわかめ・た けのこ水煮缶詰・コーン



離乳食後期 献立表

令和 8年 1月

太宰府くじら保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
5 (月)	お茶	鶏肉とじゃが芋の雑炊・にんじんスティック・プレーンヨーグルト	白蒸しパン	・麦茶・赤ちゃんポーロ・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・プレーンヨーグルト・砂糖・麦茶・ホットケーキミックス・豆乳・油
6 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とチンゲン菜の中華煮・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	ベビークッキー	・麦茶・せんべい・米・鶏ひき肉・チンゲンサイ・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・マンナビスケット
7 (水)	お茶	軟飯・カレーとブロッコリーの煮物・きゅうりスティック・玉ねぎの味噌汁	あおさ粥	・麦茶・クッキー・米・まがれい・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・麦みそ・麦茶・あおさ・食塩
8 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・大根スープ	バナナ	・麦茶・サラダせんべい・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・にんじん・バナナ
9 (金)	お茶	パン粥・豚肉と玉ねぎの洋風煮・にんじんスティック・トマトスープ	おかか粥	・麦茶・ウエハース・食パン・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・フィヨン・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ゆでブロッコリー・トマトピューレ・薄口しょうゆ・米・かつお節
10 (土)	お茶	中華雑炊・ほうれん草のすまし汁・みかん	お菓子	・麦茶・ハイハイ・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・みかん・鉄+コラーゲンウエハース
13 (火)	お茶	軟飯・鶏肉とほうれん草の煮物・かぼちゃの煮物・きゅうりスティック	麩のラスク	・麦茶・クッキー・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・きゅうり・釜焼きふ・無塩バター・グラニュー糖
14 (水)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・大根の味噌汁	マンナビスケット	・麦茶・せんべい・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・麦みそ・ビスケット
15 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とじゃが芋の煮物・にんじんスティック・小松菜スープ	ベビースナック	・麦茶・サラダせんべい・米・鶏ひき肉・じゃがいも・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・こまつな・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
16 (金)	お茶	軟飯・たいとかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・白菜のすまし汁	ベビーせんべい	・麦茶・豆乳ウエハース・米・だい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・はくさい・にんじん・薄口しょうゆ・麦茶・ハイハイ
17 (土)	お茶	サケ雑炊・じゃが芋スティック・ほうれん草の味噌汁	お菓子	・麦茶・ハイハイ・米・鮭フレーク・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・じゃがいも・花魁・麦みそ・サラダせんべい
19 (月)	お茶	鶏雑炊・にんじんスティック・大根スープ	ベビースナック	・麦茶・クッキー・米・若鶏もも皮なし・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・だいこん・麦茶・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
20 (火)	お茶	軟飯・鶏肉のトマト煮・ブロッコリースティック・チンゲン菜スープ	わかめ粥	・麦茶・せんべい・米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・フィヨン・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・チンゲンサイ・薄口しょうゆ・カットわかめ・食塩
21 (水)	お茶	軟飯・鶏肉の野菜のコンソメ煮・きゅうりスティック・かぼちゃスープ	白蒸しパン	・麦茶・赤ちゃんポーロ・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ゆでブロッコリー・フィヨン・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・だいこん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・小麦粉(蒸しパンミックス)・水
22 (木)	お茶	軟飯・肉じゃが・アスパラスティック・かぶの味噌汁	おやつパン粥	・麦茶・サラダせんべい・米・ぶたひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・かぶ・ほうれんそう・麦みそ・食パン・牛乳・砂糖
23 (金)	お茶	パン粥・鶏肉とキャベツの洋風煮・じゃが芋スティック・豆乳スープ	海苔粥	・麦茶・豆乳ウエハース・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・フィヨン・薄口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・豆乳・麦茶・米・青のり・食塩
24 (土)	お茶	豚肉とほうれん草の雑炊・かぼちゃスティック・白菜スープ	お菓子	・麦茶・ハイハイ・米・ぶたひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・はくさい・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース
26 (月)	お茶	軟飯・カレーの中華煮・にんじんスティック・じゃがいもとキャベツの味噌汁	ビスケット	・麦茶・赤ちゃんポーロ・米・まがれい・ゆでブロッコリー・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・マンナビスケット
27 (火)	お茶	煮込みうどん・さつま芋スープ・バナナ	きなこ粥	・麦茶・せんべい・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・さつまいも・薄口しょうゆ・バナナ・麦茶・米・きな粉・砂糖
28 (水)	お茶	軟飯・鮭とブロッコリーの煮物・にんじんスティック・かぼちゃスープ	ベビーせんべい	・麦茶・クッキー・米・さけ・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・濃口しょうゆ・ハイハイ
29 (木)	お茶	パン粥・鶏肉とチンゲン菜の洋風煮・にんじんスティック・大根のコンソメスープ	サケ粥	・麦茶・ウエハース・食パン・鶏ひき肉・チンゲンサイ・にんじん・フィヨン・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・にんじん・米・さけ瓶詰
30 (金)	お茶	軟飯・豚肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・豆乳スープ	ビスケット	・麦茶・サラダせんべい・ご飯・ぶたひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・にんじん・豆乳・水・フィヨン・薄口しょうゆ・ビスケット
31 (土)	お茶	豆腐と鶏肉の雑炊・カリフラワースティック・ほうれん草の中華スープ	お菓子	・麦茶・ハイハイ・米・鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ゆでカリフラワー・ほうれんそう・鶏がらだし・薄口しょうゆ・サラダせんべい



離乳食中期 献立表

令和 8年1月

太宰府くじら保育園

日付	献立名 昼食	食品名
5 (月)	鶏肉とじゃが芋の雑炊・人参スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
6 (火)	7倍粥・鶏肉とチンゲン菜の中華煮・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・チンゲンサイ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
7 (水)	7倍粥・カレーとブロッコリーの煮物・玉ねぎスープ	・米・まがれい・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
8 (木)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
9 (金)	パン粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・トマトスープ	・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・トマトピューレ
10 (土)	鶏肉と白菜の雑炊・ほうれん草のすまし汁	・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
13 (火)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・かぼちゃの煮物	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
14 (水)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・大根スープ	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
15 (木)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな・たまねぎ
16 (金)	7倍粥・たいとかぼちゃの煮物・白菜のすまし汁	・米・たい・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・はくさい・にんじん
17 (土)	しらす雑炊・ほうれん草スープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・花麴
19 (月)	鶏雑炊・大根スープ	・米・若鶏もも皮なし・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・だいこん
20 (火)	7倍粥・鶏肉のトマト煮・チンゲン菜スープ	・米・ふたひき肉・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
21 (水)	7倍粥・鶏肉の野菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・だいこん
22 (木)	7倍粥・肉じゃが・かぶのスープ	・米・ふたひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・かぶ・ほうれんそう
23 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・豆乳スープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・豆乳
24 (土)	鶏肉とほうれん草の雑炊・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・たまねぎ
26 (月)	7倍粥・カレーの煮物・じゃがいもスープ	・米・まがれい・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・じゃがいも
27 (火)	煮込みうどん・さつま芋スープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
28 (水)	7倍粥・鮭とブロッコリーの煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
29 (木)	パン粥・鶏肉とチンゲン菜の煮物・大根スープ	・食パン・鶏ひき肉・チンゲンサイ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
30 (金)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・豆乳スープ	・ご飯・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・豆乳・水
31 (土)	豆腐と鶏肉の雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう