



2026年1月 保育園給食献立表



給食回数 23回

東郷町給食センター

給食日	主な食品とその働き 献立名		赤の仲間（血や肉や骨になる）		緑の仲間（体の調子を整える）		黄の仲間（熱や力の元になる）	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
5	月	ケチャップソースハンバーグ弁当 ごはん ハンバーグケチャップソース 大根ポトフ風 じゃがいもサラダ りんごブチケーキ 野菜と雑穀のかむふりかけ	牛乳	ハンバーグ ハム	大根 キャベツ にんじん たまねぎ ミックスベジタブル 野菜と雑穀のかむふりかけ		ごはん 砂糖 じゃがいも マヨネーズ りんごブチケーキ	
6	火	中華そば 塩ラーメンの汁 肉団子の甘酢あん きゅうりのごま醤油あえ	牛乳	豚肉,なると 鶏肉,大豆	有機にんじん,チンゲン菜 にんじん	にんにく,しょうが,たけのこ,もやし, キャベツ,とうもろこし たまねぎ,ごぼう,れんこん きゅうり	中華めん さといも,でんぷん,三温糖 三温糖	米ぬか油 豚脂,植物油 ごま油,ごま
7	水	東郷町産有機栽培米 七草入のっぺい汁 豆腐ナゲット 三色あえ やさしいふりかけ	牛乳	鶏肉,油揚げ 豆腐,魚肉すり身,豆乳,大豆 かつお節	有機にんじん にんじん 有機にんじん 葉だいこん,しそ,かぼちゃ,にんじん	太巻,しいたけ,すずな,すずしろ,はこべら,せり,なす,な,ほとけのぎ,ごきょう たまねぎ,えだまめ,とうもろこし 大根,きゅうり,もやし	有機栽培米 さといも,でんぷん でんぷん,小麦粉,砂糖 てんさい糖,三温糖 砂糖	米ぬか油 植物油
8	木	きな粉揚げパン 鶏肉のトマト煮 キャベツとブロッコリーのサラダ りんご	牛乳	きな粉 鶏肉 まぐろ油漬	有機にんじん,トマト ブロッコリー,有機にんじん	にんにく,たまねぎ,しめじ キャベツ りんご	小型ロール,きび糖 じゃがいも,三温糖 三温糖	米ぬか油 米ぬか油 サウザンアイランドドレッシング
9	金	東郷町産有機栽培米 肉じゃが さんまのオレンジ煮 白菜と小松菜のおひたし	牛乳	豚肉,はんぺん さんま	有機にんじん 小松菜,有機にんじん	たまねぎ,こんにゃく オレンジ はくさい	有機栽培米 砂糖,じゃがいも 砂糖 三温糖	米ぬか油
10	土	油淋鶏弁当 ごはん 油淋鶏 大根煮 ごまあえ りんごゼリー ゆかり	牛乳	鶏肉	ねぎ 大根 にんじん ほうれん草 白菜 ゆかり		ごはん 砂糖 大豆油 ごま でんぷん りんごゼリー	
13	火	チキンライス 有機野菜の豆乳スープ オムレツトマトソースかけ 苺のレアチーズケーキ 代替：りんごゼリー	牛乳	鶏肉,ウインナー ベーコン,豆乳,白みそ 鶏卵 クリームチーズ,生クリーム,牛乳,脱脂粉乳,てんぐさ	有機にんじん 有機にんじん,チンゲン菜	たまねぎ,マッシュルーム たまねぎ,セロリ,しめじ,はくさい,とうもろこし いちごジャム,レモン果汁 りんご	三温糖,アルファ化米 米粉,砂糖,でんぷん,じゃがいも でんぷん,砂糖 砂糖 砂糖	米ぬか油 植物油 植物油
14	水	東郷町産有機栽培米 はるさめスープ ビビンバ丼の具 ほうれん草ともやしのナムル	牛乳	鶏肉 豚肉,赤みそ きざみのり	有機にんじん,チンゲン菜,有機みずな にんにく,しょうが,切干大根,たけのこ,しなちく,ねぎ ほうれんそう	しいたけ,はくさい にんにく,しょうが,切干大根,たけのこ,しなちく,ねぎ もやし	有機栽培米 三温糖,春雨 砂糖 三温糖	米ぬか油 米ぬか油,ごま油 ごま油
15	木	東郷町産有機栽培米 なめこ汁 和風ハンバーグ 納豆サラダ	牛乳	豚肉,豆腐,油揚げ,赤みそ,白みそ 豚肉,鶏肉,大豆 納豆,チキンハム チーズ	有機にんじん,小松菜 大根,なめこ たまねぎ,ゆず果汁 きゅうり,とうもろこし	大根,なめこ たまねぎ,ゆず果汁 きゅうり,とうもろこし	有機栽培米 米ぬか油 豚脂 米ぬか油	
16	金	東郷町産有機栽培米 すまし汁 ぶりのみそ漬けフライ 牛肉とれんこんのきんぴら	牛乳	鶏肉,豆腐,かまぼこ ぶり,西京みそ,大豆 牛肉 ひじき	有機にんじん,みつば 有機にんじん 有機にんじん	大根,しいたけ れんこん,こんにゃく	有機栽培米 米ぬか油 小麦粉,砂糖 砂糖	米ぬか油 米ぬか油 米ぬか油
17	土	照り焼きチキン弁当 ごはん 照り焼きチキン 大根ポトフ風 白菜小松菜浸し パインシロップ煮 いろいろやさしいふりかけ	牛乳	鶏肉 ハム かつお節 ツナ	大根 キャベツ にんじん たまねぎ はくさい 小松菜 やさしいふりかけ		ごはん 砂糖 パインシロップ煮	
19	月	東郷町産有機栽培米 ドライカレーの具 あじフリッター ほうれん草とツナのサラダ	牛乳	牛肉,豚肉 まあじ まぐろ油漬	有機にんじん ほうれんそう,有機にんじん	たまねぎ,バナナ キャベツ	有機栽培米 三温糖 小麦粉,でんぷん,三温糖,米粉 三温糖	大豆油 オリーブ油
20	火	きしめん 肉きしめんの汁 米粉のごぼうかき揚げ 切干し大根のごま酢和え	牛乳	豚肉,油揚げ,かまぼこ 乾燥ちりめん まぐろ油漬	有機にんじん,小松菜 有機みずな 有機にんじん	たまねぎ,しいたけ たまねぎ,ごぼう 切干大根,きゅうり	きしめん でんぷん 米粉,でんぷん 三温糖	米ぬか油 米ぬか油 ごま

太字は愛知県産です。下線の食材は東郷町産です。斜体は公費で負担しています。《都合により献立内容を変更したり、天候により産地が変更になる場合があります。》



2026年1月 保育園給食献立表



給食回数 23回

東郷町給食センター

給食日		主な食品とその働き 献立名	牛乳 (2群)	赤の仲間（血や肉や骨になる）		緑の仲間（体の調子を整える）		黄の仲間（熱や力の元になる）	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
				肉・魚・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
21	水	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		中華豆腐スープ		鶏肉,豆腐		有機にんじん,チンゲン菜	しいたけ,はくさい		米ぬか油
		回鍋肉		豚肉,赤みそ,白みそ		有機にんじん,ピーマン,赤ピーマン	にんにく,たまねぎ,しなちく,キャベツ	砂糖,でんぷん	米ぬか油
		オレンジ				オレンジ			
22	木	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		どさんこ汁		豚肉,白みそ		有機にんじん	大根,たまねぎ,はくさい,とうもろこし	じゃがいも	
		いわしの梅煮		いわし			梅干し	てんさい糖,でんぷん	
		キャベツのおかかあえ		かつお節		有機にんじん	キャベツ		
23	金	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		かきたま汁		鶏肉,豆腐,鶏卵		有機にんじん,みつば	たけのこ,しめじ	でんぷん	米ぬか油
		🍵米粉みそかつ		豚肉,赤みそ				でんぷん,米粉,砂糖	オリーブ油,米ぬか油
		ゆかりあえ				赤しそ	はくさい,きゅうり		
24	土	きのこソースハンバーグ弁当	牛乳	ハンバーグ		えのきたけ たまねぎ 切干大根 にんじん キャベツ とうもろこし いろいろやさしいふりかけ		ごはん でんぷん 砂糖 コールスロートレッシング ホワイトゼリー	
		ごはん ハンバーグきのこソース 切干煮 コーンサラダ ホワイトゼリー いろいろやさしいふりかけ							
26	月	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		根菜の白みそ汁		豚肉,白みそ		有機にんじん,チンゲン菜	大根,れんこん,かぶ		米ぬか油
		ひきすり		かまぼこ,焼き豆腐,鶏肉		有機にんじん,春菊	こんにゃく,ねぎ,はくさい,しめじ	砂糖,小麦粉	
		🍷フルーツいちごゼリー					いちご果汁,もも,パイナップル	砂糖	
27	火	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		マーボー飯の具		豚肉,豚レバー,豆腐,白みそ,赤みそ		有機にんじん	しょうが,にんにく,たけのこ,しいたけ,ねぎ	砂糖,でんぷん	米ぬか油,ごま油
		白身魚のクリスピーフライ		さわら,大豆		パプリカ	にんにく	でんぷん,三温糖	米ぬか油
		華風あえ		チキンハム		チンゲン菜,有機にんじん	もやし	春雨,三温糖	ごま油
		ぶどうの野菜ジュース			にんじん,ケール,アスパラガス,パセリ, ほうれんそう,かぼちゃ,クレソン	キャベツ,はくさい,セロリ,レタス,たまねぎ, ぶどう,レモン,ブルーベリー,ラズベリー			
28	水	ミルクロールパン	牛乳					ミルクロールパン	
		米粉のコーンポタージュ		ウインナー,豆乳		有機にんじん,パセリ	たまねぎ,とうもろこし	でんぷん,じゃがいも,米粉,砂糖	米ぬか油,植物油
		チキンのローゼルソースがけ		鶏肉				ローゼルジャム,三温糖,でんぷん	
		白菜のコールスローサラダ		ロースハム		有機にんじん	はくさい	三温糖	コールスロートレッシング
29	木	鶏ごぼうごはん	牛乳	鶏肉,油揚げ		有機にんじん,みつば	ごぼう	アルファ化米,アルファ化もち米,三温糖	米ぬか油
		豚汁		豚肉,赤みそ,白みそ		有機にんじん	ごぼう,大根,こんにゃく,ねぎ		米ぬか油
		白菜とえのきの磯香あえ			きざみのり	有機にんじん	はくさい,えのきたけ	三温糖	
		東郷町産おにまんじゅう						さつまいも,米粉,砂糖	
30	金	東郷町産有機栽培米	牛乳					有機栽培米	
		味噌煮込み風うどん		鶏肉,かまぼこ,油揚げ,赤みそ,白みそ		有機にんじん	はくさい,ねぎ	米粉,米粉めん	米ぬか油
		東郷町産かぼちゃコロッケ				かぼちゃ	たまねぎ	小麦粉,砂糖,米粉,でんぷん	米ぬか油
		わかめときゅうりの酢の物			わかめ,しらす		きゅうり	三温糖	
31	土	メンチカツ弁当	牛乳	メンチカツ ツナ		にんじん とうもろこし 切干大根 キャベツ きゅうり 野菜と雑穀のかむふりかけ		ごはん 大豆油 砂糖 和風ドレッシング メーブルブチケーキ	
		ごはん メンチカツ 人参ツナのシリシリ炒め 和風サラダ メーブルブチケーキ 野菜と雑穀のかむふりかけ							

1月給食だより

新年への願いを込めた

お正月の行事食

伝統的なおせち料理の意味や込められた願い



一の重 (祝い肴・口取りなど)

- 黒豆 まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。
- 数の子 子宝に恵まれるように。
- 田作り (ごまめ) 豊作を願って。
- たたきごぼう 家族や家業が土地に根を張るように。
- 伊達巻き 知識や教養が身につくように。
- きんとん 金運に恵まれるように。
- 紅白かまぼこ 赤は魔除け、白は清浄を表す。

二の重 (酢の物・焼き物など)

- ブリ 出世できるように。
- タイ 「めでたい」の語呂合わせ。
- エビ 長生きできるように。
- 紅白なます お祝いの水引を表す。

三の重 (煮物など)

- 里いも 子宝に恵まれるように。
- れんこん 将来を見通せるように。
- くわい 出世できるように。
- 昆布巻き 「よろこぶ」の語呂合わせ。

地域の食材を使って作る餅入りの汁物で、餅の形、入れる具材、汁の味つけ、調理方法など、地域や家庭によって特色があります。餅を入れない地域もあります。

漢方薬の「屠蘇散」を、日本酒や本みりんに浸して作る薬草酒。邪気を払い、長寿を願って、家族の中で若い人から順に飲んでいきます。



♡マークはリクエスト給食です。

- 6日 塩ラーメン(塩ちゃんぽんラーメン)、きゅうりのごま醤油あえ
- 8日 きな粉揚げパン
- 19日 ドライカレー
- 23日 米粉みそかつ(カツ)
- 26日 フルーツいちごゼリー(フルーツたっぷりゼリー)

今月の東郷町産食材

有機栽培米・米粉めん・米粉・有機にんじん・有機みずな・大根・キャベツ・切干大根・はくさい・ねぎ・トマト・さつまいも・かぼちゃ・ローゼルジャム

今月の愛知県産食材

豚肉・豆腐・赤みそ・白みそ・油揚げ・納豆・アルファ化米・かぶ・キャベツ・大根・チンゲン菜・はくさい・ほうれんそう・みつば・もやし・たけのこ・れんこん・パセリ・フロッキー・きしめん・中華めん



おむすびの日



太字は愛知県産です。下線の食材は東郷町産です。斜体は公費で負担しています。《都合により献立内容を変更したり、天候により産地が変更になる場合があります。》