



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
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 大根ボトフ風 じゃがいもサラダ りんごチーキ 野菜と雑穀のかむりかけ	牛乳	ハンバーグ ハム		大根 キャベツ にんじん たまねぎ ミックスペジタブル 野菜と雑穀のかむりかけ		ごはん 砂糖 じゃがいも マヨネーズ りんごチーキ	
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,チングン菜 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	中華めん さといも,でんぶん,三温糖	米ぬか油 豚脂,植物油
7	水 東郷町産有機栽培米 七草入りのっぺい汁 豆腐ナゲット 三色あえ やさいふりかけ	牛乳	鶏肉,油揚げ 豆腐,魚肉すり身,豆乳,大豆		有機にんじん にんじん	太根,しいたけ,すずな,すずしろ,はこべら,せ り,ひずな,ほどけのざ,ごきょう たまねぎ,えだまめ,とうもろこし	有機栽培米 さといも,でんぶん,小麦粉,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 プロッコリー,有機にんじん キャベツ	にんにく,たまねぎ,しめじ 大根,きゅうり,もやし	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 サウサ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 オレンジ 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	米ぬか油 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 でんぶん 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 苺のリアチーズケーキ 代替:りんごゼリー	牛乳	鶏肉,ワインナー 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,チングン菜 いちごジャム,レモン果汁 りんご	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 砂糖	三温糖,アルファ化米 米粉,砂糖,でんぶん,じゃがいも でんぶん,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,チングン菜,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 もやし	有機栽培米 三温糖,春雨 砂糖	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 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 れんこん,こんにゃく	有機栽培米 米ぬか油	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 ぶりのみぞ漬けフライ 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 ほうれんそう,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	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 大根ボトフ風 白菜小松菜浸し パインシロップ煮 いろいろやさいふりかけ	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	おきあみ,あおのり	有機にんじん ほうれんそう,有機にんじん 有機にんじん	たまねぎ,バナナ たまねぎ,大根 キャベツ	有機栽培米 三温糖 小麦粉,でんぶん,三温糖,米粉	米ぬか油 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 切干大根のごま酢和え	牛乳			乾燥ちりめん 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 米ぬか油 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	牛乳	東郷町産有機栽培米				有機栽培米	
	中華豆腐スープ		鶏肉、豆腐		有機にんじん、チングン菜	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、ビーマン、赤ビーマン	にんにく、たまねぎ、しなちく、キャベツ	砂糖、でんぶん	米ぬか油
	オレンジ					オレンジ		
22	木	牛乳	東郷町産有機栽培米				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、でんぶん	
	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	牛乳	東郷町産有機栽培米				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	でんぶん	米ぬか油
	❀米粉みそかつ		豚肉、赤みそ				でんぶん、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	牛乳	きのこソースハンバーグ弁当	ハンバーグ		えのきだけ、たまねぎ、切干大根、にんじん、キャベツ、とうもろこし、いろいろやさいのりかけ		
	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 いろいろやさいのりかけ					ごはん、でんぶん、砂糖、コールスロードレッシング、ホワイトゼリー		
26	月	牛乳	東郷町産有機栽培米				有機栽培米	
	根菜の白みそ汁		豚肉、白みそ		有機にんじん、チングン菜	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、パインアップル	砂糖	
27	火	牛乳	東郷町産有機栽培米				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、でんぶん	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	でんぶん、三温糖	米ぬか油
	華風あえ		チキンハム		チングン菜、有機にんじん	もやし	春雨、三温糖	ごま油
	心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、ふどう、レモン、ブルーベリー、ラズベリー		
28	水	牛乳	ミルクロールパン				ミルクロールパン	
	米粉のコーンポタージュ		ワインナー、豆乳		有機にんじん、パセリ	たまねぎ、とうもろこし	でんぶん、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かけ		鶏肉				ローゼルジャム、三温糖、でんぶん	
	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	コールスロードレッシング
29	木	牛乳	鶏ごぼうごはん				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、えのきだけ	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	牛乳	東郷町産有機栽培米				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、でんぶん	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	牛乳	メンチカツ弁当	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、野菜と雑穀のかむりかけ		
	ごはん メンチカツ 人参ツナのシリシリ炒め 和風サラダ メープルチケーキ 野菜と雑穀のかむりかけ					ごはん、大豆油、砂糖、和風ドレッシング、メープルチケーキ		

1月 給食だより

新年への願いを込めた

お正月の行事食

今月の東郷町産食材



◆伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

地域や家庭によって違いがあります。

一の重 (祝い事・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 (こまめ) 農作を頑張って。  
 たたきごぼう 家族や家業が土地に根を張るようにな。/  
 伊達巻き 知識や教養が身につくようにな。  
 きんどん 金運に恵まれるように。  
 紅白かまぼこ 赤は魔除け、白は清淨を表す。

二の重 (酢の物・焼き物など)  
 プリ 出世できるよう。  
 タイ 「めでたい」の語呂合わせ。  
 エビ 長生きできるよう。  
 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。  
 昆布巻き 「よろこぶ」の語呂合わせ。

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。



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

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・チングン菜・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・ローランド・トマト・さつまいも・かぼちゃ・野菜と雑穀のかむりかけ



今月の愛知県産食材

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)



おむすびの日



おむすびの日



おむすびの手に入らなくて



ボリュームティアによつて



みんなの心と体を

元気つけてくれました



たのしい食べ物大好きと、みんなで

えあわせ合の心を学ぶ日になりました

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。》