

## 2026年1月 月間献立表

日	曜	朝 食	昼 食	夕 食
1	木	年末年始運搬食対応期間		
2	金			
3	土			
4	日	年末年始運搬食対応期間	御飯・骨なし鯖味噌煮・ひじき煮・ホウレン草胡麻和え・すまし汁・白菜朝鮮漬	御飯・大盛牛丼・蓮根挟み揚げ・茹野菜・味噌汁
5	月	長ロール・ハーブソーセージ・スパゲティナポリタン・LL牛乳・◎紙パック飲料B 御飯・◎炭火焼きとり・味噌汁・LL牛乳・たらこフレーク	御飯・鶏竜田(油淋鶏ソース掛)・アスパラエッグチーズ和え・金平ごぼう・味噌汁・高菜油炒漬	御飯・十勝豚丼風・焼きうどん・目玉焼き・すまし汁
6	火	ソフト食パン・卵サラダ・生野菜・牛乳・◎LLフルーツジュースC 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・チキンカレー・ヨーグルト和え・野菜ジュース・福神漬・らっきょう漬	御飯・牛焼肉ブルコギ風・生野菜・春巻・中華スープ
7	水	玄米チーズパン・ツナサラダ・生野菜・牛乳・◎焼プリン 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・豚キムチ風炒め・生野菜・厚巻卵・ピリ辛つくねスープ・千切沢庵	御飯・鶏肉の照焼・生野菜・竹の子そぼろ煮・味噌汁
8	木	食パン・ベーコンポテトサラダ・生野菜・牛乳・◎紙パック飲料C 御飯・◎鶏照井・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・牛肉馬令炒煮・セレクト納豆(豆腐)・金平ごぼう・つみれ汁・ガーリックラー油	御飯・鯖の生姜焼・焼きビーフン・ホウレン草胡麻和え・たぬき汁
9	金	バターロール・パックオムレツ・生野菜・牛乳・◎紙パック飲料D 御飯・◎大盛牛丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・エビカツ・ナポリタン・生野菜・クリームシチュー・高菜油炒漬	御飯・鶏肉と卵の煮物・和風サラダ・さつま芋甘露煮・豆腐チゲ
10	土	(運)チーズ風味パン・ソーセージパン・LL牛乳	御飯・牛肉とコーンのガリ бата炒め・キャベツ・春雨入りサラダ・味噌汁・たまりにんにく	御飯・なすと鶏肉の甘酢炒め・生野菜・たこ型たこ焼・粟米湯
11	日	小型ソフト食パン・ポテトサラダ・生野菜・牛乳・ヨーグルトB	御飯・海老野菜かき揚げ・里芋そぼろ煮・オクラの湯葉和え・すまし汁・白菜朝鮮漬	御飯・さばムニエル風ソーテー・カリフラワー卵炒め・生野菜・ポトフ
12	月	野菜ロール・マカロニサラダB・生野菜・牛乳・チーズ・焼プリン	御飯・春巻・蒸し焼売・厚焼卵・中華スープ・ガーリックラー油	御飯・親子丼の具・蓮根挟み揚げ・ひじき煮・味噌汁
13	火	御飯・骨なし鯖味噌煮・納豆・牛乳・味噌汁・ミックスナムル	御飯・十勝豚丼風・アスパラエッグチーズ和え・金平ごぼう・たぬき汁・高菜油炒漬	御飯・ソース入りハンバーグ・フライドポテトコンソメ風味・生野菜・野菜スープ
14	水	ソフト食パン・ロースハム・生野菜・牛乳・スライスチーズ・◎果物ヨーグルトB 御飯・◎炭火焼きとり・生野菜・牛乳・味噌汁・納豆	御飯・ウイナーカレー・目玉焼き・生野菜・牛乳・福神漬・らっきょう漬	御飯・鶏キャベツキムチ炒め・枝豆揚げ・中華サラダ・味噌汁
15	木	豆乳ツイスト・卵サラダ・生野菜・牛乳・◎飲むヨーグルトB 御飯・◎親子丼の具・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・ぶりのゆず風味焼・竹の子そぼろ煮・うの花・かき卵汁・たまりにんにく	御飯・みそ豚炒め・和風サラダ・いも天ぷら・すいとん汁
16	金	小型ソフト食パン・ポテトサラダ・生野菜・牛乳・◎焼プリン 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・牛肉ピーマン炒め・キャベツ・かにサラダ・わんたんスープ・千切沢庵	御飯・ロースチキンサルサソース・生野菜・厚巻卵・ビーフシチュー
17	土	(運)卵風味サンドパン・小倉あんぱん・カフェオレ缶	御飯・豚バラ肉ホイコー炒め・焼き目付餃子・生野菜・中華スープ・高菜油炒漬	御飯・牛肉大根煮・ホウレン草胡麻和え・和風サラダ・味噌汁
18	日	食パン・パックオムレツ・生野菜・牛乳・スライスチーズ・飲むヨーグルトB	御飯・焼塩鮭・焼きうどん・納豆・豚汁・ゆず大根漬	御飯・鶏肉の塩だれ炒め・ひじき煮・春雨サラダ・かき卵汁
19	月	パンズパン・パックハンバーグ・スライスチーズ・牛乳・◎紙パック飲料C 御飯・◎鶏照井・味噌汁・牛乳・たらこフレーク	御飯・牛すじカレー・ブロッコリーマヨネーズ和え・プチトマト・牛乳・福神漬・らっきょう漬	御飯・国産ホッケフライ・甘酢味付肉団子・キャベツ・パンキンスープ
20	火	玄米チーズパン・ツナサラダ・生野菜・牛乳・◎紙パック飲料D 御飯・◎牛すき丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・鶏キムチ・くらげとわかめの中巻和え・生野菜・もやしスープ・ゆず大根漬	御飯・牛肉のきのこ煮・肉巻・切干大根・すまし汁
21	水	山型食パン・ポテトサラダ・生野菜・牛乳・◎果物ヨーグルトB 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・豚バラ生姜焼風炒め・生野菜・枝豆揚げ・味噌汁・ミックスナムル	海老入かき揚げうどん(そば)・お浸し・りんご
22	木	野菜ロール・マカロニサラダB・生野菜・牛乳・◎ヨーグルトB 御飯・◎ハムステーキ・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・ガーリック風味チキンソテー・さつま芋甘露煮・ナムル・さつま汁・たまりにんにく	御飯・ししゃも唐揚げ・じゃがいもそぼろ煮・生野菜・のっぺい汁
23	金	小型ソフト食パン・ベーコンポテトサラダ・生野菜・牛乳・◎焼プリン 御飯・◎大盛牛丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・カトステキソテーおろしソース・ジャーマンポテト・生野菜・コーンスープ・白菜朝鮮漬	御飯・クリームコロッケ・生野菜・卵入りペペロンチーノ・ポトフ
24	土	(運)チョコクリームパン・ハムマヨサンドパン・アセロラドリンク	御飯・豚バラとたけのこの辛み炒め・生野菜・春雨入りサラダ・味噌汁・千切沢庵	茶飯・関東煮・切干大根・いも天ぷら
25	日	バターロール・卵サラダ・生野菜・牛乳・チーズ・果物ヨーグルトB	御飯・ホッケ塩焼・舞茸と牛肉の甘煮・おろし和え・さつま汁・ガーリックラー油	御飯・エビカツ・マカロニサラダ・生野菜・コンソメスープ
26	月	長ロール・スパゲティナポリタン・ポイルウイナー・牛乳・◎LLフルーツジュースC 御飯・◎炭火焼きとり・味噌汁・牛乳・納豆	御飯・トマト風味のハヤシライス・鶏唐揚・生野菜・野菜ジュース・福神漬	御飯・チキンのホイコーロー風炒め・蒸し焼売・生野菜・中華スープ
27	火	食パン・マカロニサラダB・生野菜・牛乳・◎紙パック飲料C 御飯・◎親子丼の具・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・豚ロース塩麹焼・生野菜・さつま揚げの吹き寄せ煮・味噌汁・ゆず大根漬	御飯・牛肉とコーンのガリ бата炒め・ゴボウサラダ・生野菜・もつ鍋スープ
28	水	玄米チーズパン・パックオムレツ・生野菜・牛乳・◎果物ヨーグルトB 御飯・◎鶏照井・生野菜・牛乳・味噌汁	ミートソーススパゲティ・キャベツ・フライドチキン・紙パックコーヒー	御飯・豚肉と白たきのピリ辛煮・生野菜・山芋と海老の湯葉包み・味噌汁・ミックスナムル
29	木	山型食パン・ロースハム・生野菜・牛乳・スライスチーズ・◎紙パック飲料D 御飯・◎牛すき丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・ハンバーグデミソース・カリフラワー卵炒め・生野菜・コンソメスープ・たまりにんにく	御飯・国産サーモンフライ・生野菜・パンキンサラダ・ビーフシチュー
30	金	豆乳ツイスト・卵サラダ・生野菜・牛乳・チーズ・◎ヨーグルトB 御飯・◎牛カルビ丼・生野菜・牛乳・味噌汁	御飯・ポークケチャップ・ブロッコリーマヨネーズ和え・生野菜・白菜コーンスープ・千切沢庵	御飯・みそ鶏炒め・厚焼卵・海藻サラダ・かに蒲豆腐汁
31	土	(運)メロンパン・焼きそばパン・ポカリスエット	御飯・ガリ батаチキン炒め・ジャーマンポテト・生野菜・きのこスープ・ミックスナムル	御飯・骨なし鯖味噌煮・豚キムチポン酢炒め・オクラの湯葉和え・すまし汁