

2026 年 1 月 5 日～1 月 16 日

小学生お弁当メニュー



1 月 5 月	チキンソテーオニオンドレッシング ハッシュドポテト×2	ハヤシチュー ひじき五目煮 みかん 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：565Kcal たんぱく質：18.6g
6 火	エビフライタルタルソース スパゲティミートソース	骨取りメバル西京焼 野菜サラダ 黄桃 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：533Kcal たんぱく質：18.9g
7 水	豚肉旨だれ焼肉 白身魚(タラ)フライ	マロニー中華サラダ 中華ポテト 鮭フレーク 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：583Kcal たんぱく質：19.2g
8 木	さっくりメンチカツ オムレツケチャップ付き	厚揚げとひき肉のカレー煮 ポテトサラダ プチケーキ 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：623 Kcal たんぱく質：18.0g
9 金	甘口麻婆豆腐 揚げニラ饅頭・揚げ餃子	厚切りハムソテーもやし炒め添え 焙煎ごまサラダ みかん 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：552Kcal たんぱく質：15.4g

12 月	成人の日			
13 火	さっくりメンチカツ ウィンナーと大根のポトフ風	骨取りメバル照焼 ほうれん草ごま和え こんにゃく煮 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：545Kcal たんぱく質：20.9g
14 水	鶏からあげ・揚げ焼売 焼はんぺん明太子ソース	豚肉とキャベツの味噌煮込み 野菜サラダ うずら豆煮 ソース焼きそば カラフル杏仁	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：637Kcal たんぱく質：20.1g
15 木	豆腐ハンバーグバーベキューソース 白身魚(タラ)フライ	五目ビーフン炒め ポテトサラダ パイン 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：513Kcal たんぱく質：17.2g
16 金	もち麦ごはん 甘口キーマカレー	若鶏照り焼き たっぷりコーンコロケ ミックスフルーツ うぐいす豆煮 千切キャベツ	乳成分 卵 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	エネルギー：573Kcal たんぱく質：21.7g

◆エネルギーの表示値はライス(小盛)を含みます。◆仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。◆アレルギー物質特定原材料8品目のうち卵・乳成分・小麦は毎日のお弁当に含まれます。その他の5品目につきましては各日右表の枠内を塗りつぶして表示しております。◆調理、盛付け過程においては、アレルギー物質の二次的混入を防ぐために細心の注意を払っておりますが、絶対的なものではありません。重篤な方、過敏な方は十分にご理解、ご留意いただきますようお願い申し上げます。◆新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく午後2時頃までにお召し上がり下さい。◆ライスにはシールド乳酸菌®を100億個配合しております。

※シールド乳酸菌®は森永乳業株式会社の登録商標です

