

令和8年

2月 給食献立表 (○印…全員給食)

幼児食

日 曜	昼 食	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
2 月	ご飯 鶏のトマト煮 ゴマネーズサラダ もやしとコーンのスープ フルーツ(バナナ)	大学芋 牛乳	鶏もも肉・普通牛乳	米・さつまいも・三温糖	キャベツ・りょうとうもやし・スイートコーン缶詰 葉ねぎ・バナナ
3 火	塩鮭の混ぜ寿司 ほうれん草の鰹和え すまし汁(豆腐とえのき) フルーツ(オレンジ)	きなこマカロニ 牛乳	べにざけ・鶏卵・かつお節・絹ごし豆腐 きな粉・普通牛乳	米・三温糖・すりごま・マカロニ・スパゲッティ	きゅうり・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ えのきたけ・カットわかめ・葉ねぎ・オレンジ
4 水	こぎつねご飯 さわらの塩焼き ほうれんそうの白和え みそ汁(さつまいもと大根) フルーツ(バナナ)	豆腐ドーナツ 牛乳	鶏もも肉・大判揚げ・さわら 絹ごし豆腐・淡色辛みそ・普通牛乳	米・三温糖・なたね油・すりごま ごま油・さつまいも・ホットケーキミックス とうもろこし油・グラニュー糖	ま昆布・にんじん・乾しいたけ さやいんげん・味付けのり・ほうれんそう 大根・カットわかめ・葉ねぎ・バナナ
5 木	マーボー丼 もやしの中華風酢の物 卵とわかめのスープ フルーツ(りんご)	ツナマヨコーンパン 牛乳	木綿豆腐・豚ひき肉・まぐろ缶詰・鶏卵 普通牛乳	米・かたくり粉・三温糖・すりごま ごま油・米粉・オーツミルク・なたね油	しょうが・乾しいたけ・たけのこ水煮・にら 根深ねぎ・りょうとうもやし・にんじん 青ピーマン・キャベツ・カットわかめ・葉ねぎ りんご・スイートコーン缶詰・パセリ
6 金	ご飯 クリスピーチキン マカロニサラダ わかめスープ プリン	チーズケーキ 牛乳	ささ身・鶏卵・ロースハム スキムミルク・絹ごし豆腐 クリームチーズ・普通牛乳	米・コーンフレーク・薄力粉 とうもろこし油・マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ・三温糖・プリン グラニュー糖	にんじん・きゅうり・たまねぎ・カットわかめ 葉ねぎ・レモン
7 土	焼きそば ほうれん草の鰹和え みそ汁(豆腐とわかめ) フルーツ(オレンジ)	市販のお菓子 牛乳	豚ばら・かつお粉・かつお節 木綿豆腐・淡色辛みそ・普通牛乳	中華めん・なたね油・天かす・三温糖 塩せんべい・餃子	キャベツ・にんじん・たまねぎ りょうとうもやし・葉ねぎ・ほうれんそう カットわかめ・オレンジ
9 月	ご飯 きれいの黄金焼き 小松菜とひじきのサラダ 具だくさんみそ汁 ヨーグルト	おふラスク 牛乳	まがれい・まぐろ缶詰・木綿豆腐 大判揚げ・淡色辛みそ・ヨーグルト 普通牛乳	米・すりごま・三温糖・ごま油 さつまいも・焼きふ・有塩バター	こまつな・にんじん・ほしひじき スイートコーン缶詰・はくさい・大根・葉ねぎ
10 火	ドライカレー レタスとトマトのサラダ フルーツ(りんご)	チーズポテもち 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉・ロースハム かつお節・ベーコン・プロセスチーズ 普通牛乳	米・オリーブ油・三温糖・メークイン なたね油・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・トマト・青ピーマン きゅうり・レタス・りんご・パセリ
12 木	ご飯 鶏のピザ焼き さつまいもサラダ ブロッコリー みそ汁(ほうれん草と厚揚げ) フルーツ(オレンジ)	ポップコーン 牛乳	鶏もも・まぐろ缶詰・生揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・さつまいも・三温糖・オリーブ油 ポップコーン	にんじん・きゅうり・ブロッコリー ほうれんそう・たまねぎ・葉ねぎ・オレンジ
13 金	ご飯 さばの照り焼き 白菜の鹽あえ 粉ふきいも みそ汁(白菜と卵) フルーツ(りんご)	さつまいもサブレ 牛乳	まさば・かつお削り節・鶏卵 淡色辛みそ・普通牛乳	米・三温糖・メークイン・さつまいも ホットケーキミックス・なたね油 コーンスターチ	ほうれんそう・はくさい・にんじん・パセリ 葉ねぎ・りんご
14 土	豚丼 小松菜のごま和え みそ汁(豆腐とわかめ) フルーツ(バナナ)	市販のお菓子 牛乳	豚肉・木綿豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・三温糖・すりごま・塩せんべい 餃子	たまねぎ・葉ねぎ・こまつな・にんじん カットわかめ・バナナ
16 月	ピピン丼 豆腐の中華風サラダ 卵スープ フルーツ(オレンジ)	甘辛ポテ団子 牛乳	豚ひき肉・絹ごし豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・三温糖・ごま油・すりごま かたくり粉・メークイン・なたね油	たけのこ・にんじん・こまつな りょうとうもやし・しょうが・きゅうり・トマト カットわかめ・スイートコーン缶詰・たまねぎ 葉ねぎ・オレンジ
17 火	ご飯 ホイコーロー ほうれん草のナムル 豆腐スープ フルーツ(バナナ)	みかんゼリー せんべい 牛乳	豚肉・絹ごし豆腐・鶏卵・普通牛乳	米・三温糖・すりごま・ごま油 塩せんべい	キャベツ・青ピーマン・にんじん ほうれんそう・りょうとうもやし・たまねぎ 葉ねぎ・バナナ・オレンジ飲料・寒天 みかん缶詰
18 水	お弁当の日	スイートポテト 牛乳	普通牛乳	さつまいも・三温糖	
19 木	ハヤシライス わかめとコーンのサラダ フルーツ(バナナ)	肉まん 牛乳	和牛・豚ひき肉・普通牛乳	米・なたね油・オリーブ油・三温糖 米粉・オーツミルク・ごま油	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・トマト キャベツ・きゅうり・カットわかめ スイートコーン缶詰・バナナ・はくさい
20 金	ご飯 鮭のムニエル スパゲッティサラダ 豚汁 フルーツ(オレンジ)	高野豆腐のラスク 牛乳	ぎんざけ・ロースハム・スキムミルク 豚肉・木綿豆腐・大判揚げ 淡色辛みそ・凍り豆腐・普通牛乳	米・米粉・オリーブ油・マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ・三温糖・さつまいも 有塩バター	パセリ・にんじん・きゅうり・大根・はくさい ごぼう・葉ねぎ・オレンジ
21 土	煮込みうどん ほうれん草のごまあえ フルーツ(りんご)	市販のお菓子 牛乳	鶏もも肉・大判揚げ・普通牛乳	うどん・すりごま・三温糖・塩せんべい 餃子	はくさい・にんじん・カットわかめ・葉ねぎ ほうれんそう・りんご
24 火	ご飯 さわらのカレームニエル ブロッコリーとツナのサラダ 豆乳みそ汁 フルーツ(バナナ)	もちもちチーズパン 牛乳	さわら・まぐろ缶詰・スキムミルク・豚肉 大判揚げ・豆乳・淡色辛みそ 普通牛乳・パルメザンチーズ	米・米粉・オリーブ油・マヨネーズ 三温糖・白玉粉・なたね油	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・はくさい 大根・葉ねぎ・バナナ
25 水	ご飯 中華風唐揚げ 春雨サラダ 具だくさんみそ汁 ヨーグルト	いも団子(きなこ) 牛乳	鶏もも肉・まぐろ缶詰・木綿豆腐 大判揚げ・淡色辛みそ・ヨーグルト きな粉・普通牛乳	米・かたくり粉・とうもろこし油・三温糖 普通はるさめ・すりごま・ごま油 さつまいも・白玉粉	しょうが・根深ねぎ・きゅうり・にんじん はくさい・大根・葉ねぎ
26 木	ご飯 チキンのハニーマスタード ひじきのサラダ みそ汁(大根とほうれんそう) フルーツ(オレンジ)	フルーツポンチ 牛乳	鶏もも肉・スキムミルク・木綿豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳	米・さつまいも・はちみつ・マヨネーズ 三温糖	ほしひじき・にんじん・きゅうり スイートコーン缶詰・大根・ほうれんそう オレンジ・りんご・バナナ・みかん缶詰
27 金	ご飯 鮭の塩焼き カロチンとえ みそ汁(さつまいもと大根) フルーツ(バナナ)	ジャムサンド 牛乳	ぎんざけ・かつお節・淡色辛みそ 普通牛乳	米・三温糖・さつまいも ホットドッグ用パン・いちごジャム	ほうれんそう・にんじん・西洋かぼちゃ 大根・カットわかめ・葉ねぎ・バナナ
28 土	ご飯 ちゃんぷる 胡瓜のごま酢和え みそ汁(玉ねぎと小松菜) フルーツ(りんご)	市販のお菓子 牛乳	木綿豆腐・豚肉・淡色辛みそ 普通牛乳	米・ごま油・すりごま・三温糖 さつまいも・塩せんべい・餃子	にんじん・キャベツ・にら・きゅうり・たまねぎ こまつな・葉ねぎ・カットわかめ・りんご

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
577 kcal	23.2 g	18.4 g	292 mg	2.5 mg	272 μg	0.33 mg	0.48 mg	37 mg