

＜2月給食予定献立表＞

2026年2月1日（日）～2026年2月28日（土）

献立の内容は変更になることがあります。

| 日曜日 | 料理名 | 赤：血や肉になるもの | 緑：からだの調子を整えるもの | 黄：力や体温となるもの | 摂取エネルギー（kcal） | 10時おやつ | 3時おやつ |
|-----|---|--|--|---|---------------|----------|-----------------|
| 2月 | ごはん ひき肉カレー チーズサラダ いちごヨーグルト | 豚ひき肉、大豆ミート スキムミルク、サラダチース シーチキン いちごヨーグルト | たまねぎ、にんじん ブロッコリー りんごジュース | こめ、サラダ油 じゃがいも、マヨネーズ 白砂糖 | 487 (488) | りんごジュース | お菓子 麦茶 |
| 3火 | 彩りごはん ハムカツ さっぱりサラダ 鬼除け汁・フルーツカクテル缶 | 鮭フレーク、たまご かにかまぼこ、ハムカツ 鬼かまぼこ、豚肉 ゆでだいず、牛乳 | レタス、きゃべつ きゅうり、スイートコーン だいこん、にんじん ごぼう、ねぎ | こめ サラダ油 白砂糖 じゃがいも | 467 (490) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |
| 4水 | 納豆ごはん ほっけのつけ焼き ひじきの炒め煮 こまつなの豆乳みそ汁・オレンジ | 納豆、骨取りほっけ 芽ひじき、さつま揚げ 調整豆乳、牛乳 | トマト、にんじん いんげん、こまつな えのきだけ、オレンジ | こめ サラダ油 糸こんにゃく 白砂糖 | 339 (487) | 牛乳 | 食パン 麦茶 |
| 5木 | きつねうどん 豆腐ステーキ ミニゼリー | 油揚げ、たまご スライスかまぼこ、わかめ ふんわり豆腐ステーキ カルピス | ねぎ、レタス ミニゼリー、バナナ | うどん 白砂糖 | 269 (283) | カルピス | バナナ 麦茶 |
| 6金 | ごはん ハンバーグ スパゲッティサラダ たまごのみそ汁・白桃缶 | ハンバーグ、魚肉ソーセージ たまご、スキムミルク 乳飲料 | トマト、きゅうり にんじん、スイートコーン たまねぎ、万能ねぎ 白桃缶 | こめ、サラダ油 スパゲッティサラダ マヨネーズ、フライドポテト | 433 (588) | ココアミルク | ★フライドポテト 麦茶 |
| 7土 | おかえり1年生 | | | | | | |
| 9月 | ごはん あぶり焼きチキン 切干大根の炒め煮 玉ねぎのみそ汁・オレンジ | あぶり焼きチキン さつま揚げ、油揚げ のむヨーグルト | きゃべつ、切干し大根 にんじん、いんげん たまねぎ、オレンジ | こめ、サラダ油 糸こんにゃく | 374 (385) | のむヨーグルト | お菓子 麦茶 |
| 10火 | のり佃煮ごはん さばの変わり揚げ こまドレッシングサラダ じゃがいものみそ汁・ミニゼリー | 骨なしさば、たまご ロースハム、牛乳 | にんじん、ブロッコリー 黄ピーマン、ねぎ ミニゼリー | こめ、サラダ油 じゃがいも | 444 (483) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |
| 12木 | 納豆ごはん 干草焼き 白菜のおかか和え けんちん汁・パイン缶 | 納豆、干草焼き かにかまぼこ、とうふ 鶏肉、油揚げ、乳飲料 | トマト、はくさい こまつな、だいこん にんじん、干しいだけ ごぼう、ねぎ、パイン缶 | こめ、白砂糖 糸こんにゃく サラダ油 | 308 (352) | 乳飲料 | お菓子 麦茶 |
| 13金 | チキンライス ハートコロック コーンサラダ 豆腐スープ・ももゼリー | 鶏ひき肉、魚肉ソーセージ とうふ、カルピス スキムミルク、たまご | たまねぎ、ミックスベジタブル トマト、スイートコーン もやし、きゅうり ほうれん草、ももゼリー | こめ、サラダ油 ハートコロック ごま油、白砂糖 白いりこま、ハート麺 | 435 (509) | カルピス | ★いちご蒸しパン 麦茶 |
| 14土 | ちゃんぽん麺 大きな肉しゅうまい 黄桃缶 | 豚肉、むきえび スライスかまぼこ、牛乳 おおきな肉しゅうまい | きゃべつ、たまねぎ にんじん、もろそう 黒きくらげ、万能ねぎ レタス、黄桃缶 | 中華めん、ごま油 | 428 (455) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |
| 16月 | ごはん コロコロステーキ ソーセージサラダ ほうれん草のみそ汁・ミニゼリー | サイコロステーキ 魚肉ソーセージ、牛乳 | にんじん、だいこん きゅうり、ほうれん草 しめじ、ミニゼリー | こめ、サラダ油 バター、白砂糖 | 372 (382) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |
| 17火 | ごはん マカロニシチュー フレンチサラダ りんごゼリー | 鶏肉、スキムミルク ロースハム、マミー | たまねぎ、にんじん グリーンピース ブロッコリー スイートコーン | こめ、マカロニ じゃがいも、サラダ油 白砂糖 | 441 (492) | マミー | お菓子 麦茶 |
| 18水 | 焼きそば アンパンマンポテト かき玉汁 ヨーグルト | 豚肉、たまご ヨーグルト、牛乳 | きゃべつ、たまねぎ にんじん、ピーマン レタス、えのきだけ 万能ねぎ | 焼きそば麺 サラダ油 アンパンマンポテト 食パン | 367 (426) | 牛乳 | 食パン 麦茶 |
| 19木 | スマイルランチデー | | | | | | |
| 20金 | チキンカツサンド かに風味サラダ ABCスープ ミニゼリー・幼児牛乳 | チキンカツ、かにかまぼこ 豚ベーコン、幼児牛乳 乳飲料 | ブリーツレタス、きゃべつ きゅうり、黄ピーマン たまねぎ、ミニゼリー | パンズパン、サラダ油 白砂糖、ABCマカロニ さつまいも、バター ケーキシロップ、ごま油 | 453 (554) | 乳飲料 | ★揚げない大学いも 麦茶 |
| 21土 | ごはん オムレツ ツナサラダ えび団子のスープ煮・黄桃缶 | オムレツ、シーチキン えびボール、乳酸菌飲料 | トマト、ブロッコリー はくさい、たまねぎ にんじん、絹さや 干しいだけ、黄桃缶 | こめ | 341 (340) | 乳酸菌飲料 | お菓子 麦茶 |
| 24火 | ごはん チキンカレー コールスローサラダ マンゴープリン | 鶏肉、スキムミルク ロースハム | たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゃべつ きゅうり、スイートコーン マンゴープリン | こめ じゃがいも サラダ油 | 405 (434) | ミックスジュース | お菓子 麦茶 |
| 25水 | 納豆ごはん かわいい和風ムニエル ごまごま さつまいもの豆乳みそ汁・みかん缶 | 納豆、骨取りかあい スライスかまぼこ 高野豆腐、調整豆乳 カルピス | トマト、はくさい こまつな、にんじん みかん缶 | こめ、サラダ油 白砂糖 白すりごま さつまいも | 394 (426) | カルピス | お菓子 麦茶 |
| 26木 | ごはん マーボー丼 ウインナーソー ミニゼリー・乳酸菌飲料 | とうふ、豚ひき肉 ボークウインナー かにかまぼこ、乳酸菌飲料 牛乳 | たまねぎ、にんじん ねぎ、もやし、チンゲン菜 ミニゼリー | こめ サラダ油 ごま油、白砂糖 白いりこま | 392 (434) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |
| 27金 | ぶりかけごはん 豚肉と春雨のソー グリーンサラダ 葉だいこんのみそ汁・フルーツカクテル缶 | 豚肉、シーチキン 牛乳、たまご スキムミルク | はくさい、にんじん 干しいだけ、ブロッコリー 黄ピーマン、葉だいこん たまねぎ、フルーツカクテル缶 | こめ、はるさめ サラダ油、白砂糖 ホットケーキ粉、バター | 339 (392) | 牛乳 | ★バナナパンケーキ 麦茶 |
| 28土 | 和風きのこスパゲッティ ミートボール 青菜スープ パイン缶 | ボークウインナー ミートボール、たまご 牛乳 | たまねぎ、えのきだけ しめじ、マッシュルーム ほうれん草、にんじん パイン缶 | スパゲッティ、バター | 333 (346) | 牛乳 | お菓子 麦茶 |

★マークがついているおやつは手作りです。

（ ）は3歳未満児のエネルギー表示となっております。

作成 （株）栄研 / 栄養管理課