



# 令和8年2月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日	曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)	
2	月	豆乳ラスク	関東煮 ご飯 ブロッコリーのごま味噌和え	鶏肉 厚揚げ ちくわ こんぶ 豆 みそ	さといも 砂糖 米 すりごま	だいこん にんじん こんにゃく ブ ロッコリー	牛乳 菓子 オレンジ
3	火	スティックチーズ	イワシの生姜煮 ご飯 けんちん汁 (幼:角チーズ)	いわしの生姜煮 豆腐 鶏肉 角 チーズ	米 じゃがいも	だいこん にんじん こんにゃく ね ぎ ごぼう	牛乳 クッキー ★鬼まんじゅう
4	水	オレンジ	ポークビーンズ(カレー) ご飯 チンゲンサイの中華和え	豚肉 だいす スキムミルク	じゃがいも カレールウ 砂糖 油 米 ごま油	にんじん たまねぎ さやいんげん チンゲンサイ もやし	牛乳 バナナ 菓子
5	木	ヤクルト	炒り豆腐 ご飯 なばなのごま和え	高野豆腐 鶏肉 ひじき	片栗粉 砂糖 米 すりごま	にんじん たまねぎ さやいんげん なばな	牛乳 ★マーマレード の蒸しパン ミニフィッシュ
6	金	バナナ	五目中華 ロールパン たたききゅうり	豚肉 わかめ	中華めん 油 ロールパン ごま油 砂糖	たまねぎ にんじん もやし ねぎ きゅうり	牛乳 みかん 菓子
7	土	お茶	あんかけ豆腐丼 バナナ スティックチーズ	豆腐 鶏肉 スティックチーズ	片栗粉 米 砂糖	ほうれんそう たまねぎ にんじん たけのこ バナナ	お茶 菓子
9	月	スティックチーズ	さつま芋とひじきのご飯 小松菜の塩昆布和え すまし汁	鶏肉 油揚げ ひじき 塩昆布 わ かめ	さつまいも 油 砂糖	にんじん グリンピース 小松菜	牛乳 ★ごまとチーズ の蒸しパン ドライフルーツ
10	火	オレンジ	酢豚風煮 菜飯 キャベツのナ ムル	豚肉 厚揚げ 塩昆布	片栗粉 油 米 ごま油 砂糖	たまねぎ たけのこ にんじん 干し しいたけ ピーマン パインアップル 缶 乾燥大根葉 キャベツ もやし	アシドミルク バナナ 菓子
11	水	<b>建国記念の日</b>					
12	木	豆乳ラスク	ミンチカツ ゆかりご飯 のっぺい汁	ミンチカツ 鶏肉 厚揚げ	油 米 さといも 片栗粉	だいこん にんじん しいたけ ねぎ	牛乳 菓子 フルーツゼリー
13	金	バナナ	ミートスパゲティ ミルクロール ブロッコリーのマヨネーズ和え	豚ひき肉	スパゲティ 薄力粉 バター 砂糖 ミルクパン マヨドレ	たまねぎ にんじん しいたけ パ セリ トマトピューレー ブロッコリー	牛乳 みかん ★ココアいろ
14	土	お茶	スタミナ丼 オレンジ スティックチーズ	豚肉 厚揚げ スティックチーズ	ごま 片栗粉 砂糖 米	たまねぎ にんじん にら もやし オレンジ	お茶 菓子
16	月	スティックチーズ	豆腐のくず煮 ご飯 キャベツの土佐和え	豆腐 鶏肉 花かつお	片栗粉 油 米 砂糖	たまねぎ にんじん 干ししいたけ ねぎ たけのこ キャベツ もやし	牛乳 菓子 ★米粉リンゴ蒸 しケーキ
17	火	バナナ	煮込みハンバーグ ご飯 ほうれん草のサラダ	ハンバーグ	砂糖 米 いりごま マヨドレ	たまねぎ ほうれんそう キャベツ にんじん	牛乳 オレンジ 菓子
18	水	アシドミルク	五目ご飯 ささみと白菜のごま酢和え (幼:角チーズ)	油揚げ 鶏肉 かまぼこ ささみ 角チーズ	米 砂糖 油 ごま	にんじん ごぼう 干ししいたけ グ リンピース はくさい	牛乳 ★フライドポテト ドライフルーツ
19	木	オレンジ	炒りどり ご飯 小松菜の磯和え	鶏肉 半平 きざみのり	じゃがいも 砂糖 油 米	ごぼう にんじん こんにゃく 干し しいたけ さやいんげん 小松菜	牛乳 りんご 菓子
20	金	豆乳ラスク	あんかけうどん クロロール きゅうりのシラス和え	鶏肉 かまぼこ 油揚げ シラス干 し	うどん 片栗粉 クロロール	にんじん ねぎ 干ししいたけ きゅ うり	牛乳 バナナ 菓子
21	土	お茶	豚丼 バナナ スティックチーズ	豚肉 かまぼこ スティックチーズ	片栗粉 砂糖 米	しめじ たまねぎ にんじん ねぎ バナナ	お茶 菓子
23	月	<b>天皇誕生日</b>					
24	火	オレンジ	中華飯 切干大根のさっぱりサラダ	豚肉 半平 つな	米 片栗粉 油 マヨドレ 砂糖	たまねぎ にんじん 干ししいたけ もやし ピーマン 切干大根 きゅう り	ソフール にんじんケーキ ミニフィッシュ
25	水	ジョア	ひじきの炒め煮 ご飯 ニラ納豆	ひじき 厚揚げ 鶏肉 ちくわ 納豆	砂糖 油 米	にんじん こんにゃく コーン にら	牛乳 菓子 ★ふかし芋
26	木	豆乳ラスク	サワラの立田揚げ わかめご飯 いろいろ野菜スープ	さわら わかめ 豚肉	薄力粉 片栗粉 米 油	しょうが たまねぎ にんじん だい こん キャベツ	牛乳 みかん 菓子
27	金	スティックチーズ	カレーうどん ロールパン わかめの酢の物	豚肉 かまぼこ スキムミルク わ かめ	うどん カレールウ 油 ロールパン すりごま 砂糖	たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり もやし	牛乳 バナナ 菓子
28	土	お茶	マーボー飯 オレンジ スティックチーズ	豆腐 豚ひき肉 豆みそ スティック チーズ	米 片栗粉 砂糖	にんじん たまねぎ ねぎ オレンジ	お茶 菓子

献立は諸事情により変更となる場合があります。

## ～風邪のとき！気を付けたい食事～

エネルギーと水分がとれて、体を温めてくれる料理がおすすめです。食材は消化のよいものを使いましょう。吐き気があって食べられないときは、脱水症状を起こさないよう、水分補給をしっかり行なうことが重要です！

食べられるようになったら、タンパク質やビタミン類の多い食材を取ると風邪の抵抗力を高められます！



2月8日(日)に第51回衆議院議員  
総選挙が執行されます。  
忘れずに投票に出かけましょう！



岩倉市選挙管理委員会・岩倉市明るい選挙推進協議会