



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ccoli	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 だいず 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 ドライプルー
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	建国記念の日					
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 ししいたけ パ セリ トマトピューレー ブロccoli	牛乳 みかん ★ココアういろ
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 なら 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 ドライプルー
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	天皇誕生日					
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 干しいたけ もやし ピーマン 切干大根 きゅう り	ソファール 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 なら	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

～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選びましょう。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と行うことが重要です！
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！



おすすめ食材

卵・脂肪の少ない肉類・豆腐・人参・
葱・しょうが・キャベツ・白菜・大根・
かぶ・ほうれん草・かぼちゃ などなど

献立は諸事情により変更となる場合があります。

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