

2026年02月

献立表

日 / 曜	献立名	10時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)				
		3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
02 — 月	ミートスパゲティ — フレンチサラダ — コーンスープ	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** おにぎり 牛乳	カットスパゲティ(乾)、米、油、砂糖、おこめせん	牛乳、豚肉ももミンチ	たまねぎ、クリームコーン、キャベツ、きゅうり、トマト水煮、赤パプリカ、にんじん、スイートコーン、(冷)グリーンピース	ケチャップ、米酢、中濃ソース、食塩、コンソメ、菜めし、胡椒、粉ハセリ	
03 — 火	【節分献立】 味噌汁 — ご飯(精白米) — いわしの甘だれかけ — 五目煮豆	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** のり塩ボール 牛乳	米、しらたき、油、小豆粉、片栗粉、砂糖、中豆、赤ちゃんせんべい	牛乳、いわし開き、大豆水煮、油揚げ	れんこん、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、(冷)さやいんげん	しょうゆ、かつお節、赤みそ、本みりん、白みそ、清酒、青のり、食塩	
04 — 水	ご飯(精白米) — 秋鮭のあんかけ — 春菊のお浸し — のっぺい汁	(未) ハナナ ***3時のおやつ*** さつまいもの茶巾 牛乳	米、さつまいも、さといも、しらたき、砂糖、片栗粉、油	牛乳、秋鮭	はくさい、だいこん、にんじん、しゅんぎく、しいたけ、干しぶどう、あさつき、バナナ	うすくちしょうゆ、かつお節、しょうゆ、本みりん、食塩	
05 — 木	ご飯(精白米) — 鶏肉の照り焼き — コールスローサラダ — 白菜の豆乳スープ	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** ちんすこう 牛乳	米、小麦粉、油、三温糖、片栗粉、砂糖、鉄塩せん	牛乳、鶏もも肉、調整豆乳	はくさい、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、こまつな、スイートコーン、しめじ	ドレッシングコールスロー、しょうゆ、コンソメ、食塩、本みりん、胡椒	
06 — 金	<バイキング給食> — カラフルカレーピラフ — さわらの米パン焼き — スクエアハンバーグ(ひじき入り)	ポテトサラダ にんじんサラダ コンソメスープ ゼリー(豆乳ホイップ)	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** 米粉のカップケーキ 牛乳	米、じゃがいも、米粉のカップケーキ、米パン粉、油、砂糖、ぶどうゼリー、国産みかんゼリー、りんごゼリー、むらさきいもせんべい	牛乳、豚肉ももミンチ、さわら、鶏肉もも、豆乳ホイップ	たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、こまつな、かぶ、赤パプリカ、きゅうり、スイートコーン、ピーマン、しめじ、ひじき	卵をつかってないマヨネーズ、ケチャップ、米酢、うすくちしょうゆ、中濃ソース、しょうゆ、食塩、コンソメ、スープストック、カレー粉、胡椒、粉ハセリ、ナツメグ
09 — 月	ご飯(精白米) — チキンカツ — ブロッコリーのごま和え — 味噌汁	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 米粉マカロニのきな粉和え 牛乳	米、米粉マカロニ、パン粉、油、小麦粉、砂糖、こま、赤ちゃんせんべい	牛乳、鶏むね肉、きな粉	はくさい、ブロッコリー、にんじん、だいこん、ねぎ、なめこ	ケチャップ、赤みそ、かつお節、白みそ、しょうゆ、中濃ソース、食塩、胡椒	
10 — 火	ご飯(精白米) — さわらの照り焼き — 土佐酢和え — 里芋の赤だし	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** 焼き芋 牛乳	さつまいも、米、さといも、砂糖、鉄塩せん	牛乳、さわら、油揚げ	緑豆もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、乾燥ワカメ	赤みそ、米酢、かつお節、うすくちしょうゆ、しょうゆ、本みりん、清酒、花かつお	
12 — 木	ご飯(精白米) — マーボー豆腐 — キャベツのナムル — いよかん	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** 南瓜の包み焼き 牛乳	米、ぎょうざの皮(大判)、砂糖、油、片栗粉、こま油、おこめせん	牛乳、豆腐、豚肉ももミンチ	いよかん、キャベツ、(冷)かぼちゃ、にんじん、たけのこ水煮、きゅうり、ねぎ、しいたけ、干しぶどう、しょうが、乾燥ワカメ	しょうゆ、米酢、赤みそ、うすくちしょうゆ、鶏がらスープの素	
13 — 金	ご飯(精白米) — 鶏肉のマーマレード焼き — サウザンアイランドサラダ — 白菜スープ	(未) ハナナ ***3時のおやつ*** ココア蒸しパン 牛乳	米、上新粉、砂糖、油、マーマレード、粉糖	牛乳、鶏もも肉、調整豆乳	キャベツ、はくさい、にんじん、きゅうり、しめじ、こまつな、バナナ	ドレッシングサウザンアイランド、純ココア、うすくちしょうゆ、しょうゆ、ベーキングパウダー、清酒、コンソメ、食塩、胡椒	
16 — 月	鶏ごぼうご飯 — じゃが芋の和え物 — 赤だし	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** お好み焼き 牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、赤ちゃんせんべい	牛乳、鶏もも肉、豆腐、ロースハム、まぐろ米油漬フレーク	キャベツ、にんじん、ねぎ、ごぼう、きゅうり、えのきたけ、干ししいたけ	中濃ソース、赤みそ、しょうゆ、かつお節、米酢、清酒、花かつお、青のり、食塩	
17 — 火	ご飯(精白米) — 鶏肉のくわ焼き — 春菊のごま和え — 味噌汁	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** 卵を使っていないプリン 牛乳	卵を使っていないプリン、米、片栗粉、砂糖、むらさきいもせんべい	牛乳、鶏もも肉、油揚げ	はくさい、緑豆もやし、こまつな、にんじん、しゅんぎく、乾燥ワカメ	しょうゆ、赤みそ、かつお節、白みそ、清酒、白こま、本みりん	
18 — 水	ケチャップライス — 大豆入りサラダ — かぶのスープ	(未) いよかん ***3時のおやつ*** いもようかん 牛乳	米、さつまいも、油、砂糖	牛乳、大豆水煮、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、かぶ、にんじん、きゅうり、黄パプリカ、しめじ、かぶ・葉、スイートコーン、(冷)グリーンピース、いよかん	ケチャップ、卵をつかってないマヨネーズ、うすくちしょうゆ、食塩、コンソメ、丸寒天、スープストック、しょうゆ、胡椒	
19 — 木	ご飯(精白米) — さばのねぎだれかけ — ひじきの炒め煮 — さつま汁	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** ヨーグルト和え 牛乳	米、さつまいも、しらたき、油、中豆、砂糖、片栗粉、おこめせん	牛乳、まさば、フレントルト(無糖)、生クリーム、油揚げ	黄桃トルト、ねぎ、にんじん、だいこん、(冷)さやいんげん、ひじき、しょうが	かつお節、赤みそ、しょうゆ、白みそ、清酒、米酢	
20 — 金	ご飯(精白米) — わかさぎのから揚げ — 切干大根のお浸し — 豚汁	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** 黒糖ボール 牛乳	米、さといも、小豆粉、片栗粉、油、黒砂糖、砂糖、鉄塩せん	牛乳、わかさぎ、豚肉もも	にんじん、ほうれんそう、ねぎ、ごぼう、切り干し大根	赤みそ、かつお節、白みそ、しょうゆ、清酒、うすくちしょうゆ、食塩	
24 — 火	ご飯(精白米) — 厚揚げの煮付け — ごぼうサラダ — 赤だし	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** れんこんチップス 牛乳	米、油、砂糖、おこめせん	牛乳、(冷)絹厚揚げ、鶏もも肉、油揚げ	れんこん、だいこん、にんじん、ごぼう、たまねぎ、こまつな、きゅうり、なめこ、しめじ、スイートコーン、(冷)さやいんげん	卵をつかってないマヨネーズ、赤みそ、しょうゆ、かつお節、本みりん、米酢、白こま、食塩	
25 — 水	ご飯(精白米) — ししゃも焼き — ほうれん草サラダ — 味噌汁	(未) ハナナ ***3時のおやつ*** チーズボンデ 牛乳	米、白玉粉、小麦粉、油、砂糖	牛乳、ししゃも、豆腐、バルメザン粉チーズ	緑豆もやし、ほうれんそう、はくさい、にんじん、スイートコーン、バナナ	赤みそ、米酢、かつお節、白みそ、ベーキングパウダー、食塩、胡椒	
26 — 木	ひじきご飯 — 関東煮 — 白菜のお浸し — いよかん	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** パンのかりんとう 牛乳	米、食パン、(冷)里芋、砂糖、赤ちゃんせんべい	牛乳、焼きちくわ、はんぺい、油揚げ	いよかん、はくさい、だいこん、にんじん、こまつな、(冷)グリーンピース、ひじき、干ししいたけ、だし昆布	しょうゆ、かつお節、うすくちしょうゆ、本みりん	
27 — 金	ご飯(精白米) — 秋鮭の香味焼き — 切干大根の焼きそば風炒め — きのこのスープ	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** かぼちゃのケーキ 牛乳	米、小麦粉、油、砂糖、粉糖、むらさきいもせんべい	牛乳、秋鮭、卵、ロースハム	(冷)かぼちゃ、にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、えのきたけ、切り干し大根、ねぎ、しょうが	しょうゆ、中濃ソース、こいくちソース、うすくちしょうゆ、清酒、鶏がらスープの素、ベーキングパウダー、食塩、青のり、シナモン、胡椒	
	クロワッサン — 牛乳		クロワッサン	牛乳			