

しおや保育所給食だより

令和 8年 2月

日	曜	献立	3色分類		
			赤 (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	緑 (体の調子を整える)
2	月	米飯 厚揚げのえびあんかけ ポテトサラダ オレンジ	絹厚揚げ むきえび シーチキン缶	精白米 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	ねぎ 水煮たけのこ 人参 干しいたけ きゅうり キャベツ オレンジ
3	火	かみかみごはん きやべつのナムル 豆腐みそ汁 りんご	鶏肉 水煮大豆 白す干 あげ 木綿豆腐 干わかめ みそ	精白米 糸こんにゃく ごま 砂糖 ごま油	ごぼう 干しいたけ キャベツ もやし しめじ たまねぎ ねぎ 人参 りんご
4	水	米飯 肉じやが かぶとハムのマリネ バナナ	牛肉 ちくわ ハム	精白米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 砂糖	たまねぎ 人参 ピーマン かぶ きゅうり レモン レタス バナナ
5	木	パン スパニッシュオムレツ サラダ わかめスープ オレンジ ♪磯部ドッグ	卵 鶏ひき肉 ハム 干わかめ 木綿豆腐	パン じゃがいも 油 マヨネーズ	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり オレンジ
6	金	米飯 白身魚の甘酢あんかけ 野菜の味噌汁 りんご	白身魚 木綿豆腐 干わかめ あげ みそ	水稻穀粒 精白米 片栗粉 油 砂糖	人参 たまねぎ 干しいたけ ピーマン ねぎ 水煮たけのこ キャベツ もやし りんご
7	土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
9	月	牛ごぼう炊き込みごはん 酢の物 さつまいものみそ汁 りんご	牛肉 ハム 卵 木綿豆腐 あげ みそ	精白米 はるさめ 砂糖 ごま油 さつまいも	ごぼう さやいんげん 人参 キャベツ きゅうり たまねぎ ねぎ りんご
10	火	米飯 揚げ豆腐の甘酢あんかけ 大根うま煮 バナナ ♪フレンチトースト	木綿豆腐 鶏ひき肉 牛肉 かまぼこ	精白米 片栗粉 油 こんにゃく 砂糖	人参 たまねぎ 干しいたけ ピーマン 水煮たけのこ 大根 バナナ
12	木	カレーライス きやべつのごまサラダ りんご	牛肉 粉チーズ ウインナー みそ	精白米 じゃがいも 油 ごま マヨネーズ	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ もやし りんご
13	金	パン 煮込みハンバーグ もやしのスープ オレンジ	合びき肉 卵 牛乳	パン パン粉 油 小麦粉 バター 砂糖 はるさめ	たまねぎ マッシュルーム缶 グリンピース トマトピューレー 人参 もやし ねぎ オレンジ
14	土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
16	月	洋風ずし 鶏肉のマーマレード焼き サラダ ふすまし汁 いちご 誕生会 ★	チーズ むきえび 卵 鶏肉 ハム 干わかめ あげ	精白米 オレンジマーマレード ふ 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	きゅうり 人参 さやいんげん キャベツ えのきだけ ねぎ いちご
17	火	米飯 厚揚げのいため煮 ビーフソテー バナナ ♪レーズンバナナマフィン	絹厚揚げ 豚肉 かまぼこ	精白米 ごま油 片栗粉 ビーフン	たまねぎ 小松菜 キャベツ 人参 もや し ピーマン バナナ
18	水	パン クリームシチュー コールスローサラダ オレンジ	鶏肉 牛乳 粉チーズ ハム	パン じゃがいも 油 小麦粉 バター フレンチドレッシング	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり パイン缶 オレンジ
19	木	米飯 いり卵の中華あんかけ 中華風酢の物 りんご	卵 豚ひき肉 ハム 干わかめ	精白米 砂糖 はるさめ 片栗粉 油 ごま油	にら 人参 しょうが キャベツ きゅうり もやし りんご
20	金	米飯 さばの甘酢あんかけ のつらい汁 バナナ	さば 木綿豆腐	精白米 片栗粉 砂糖 さといも 油 こんにゃく	人参 たまねぎ 干しいたけ ピーマン 水煮たけのこ 大根 ごぼう ねぎ バナナ
21	土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
24	火	米飯 ハンバーグ ソテー 洋風みそ汁 りんご	合びき肉 牛乳 卵 ベーコン 木綿豆腐 みそ	精白米 パン粉 ごま油	たまねぎ 人参 小松菜 しめじ もや し レタス ねぎ りんご
25	水	米飯 高野豆腐の親子煮 豚汁 オレンジ	高野豆腐 鶏肉 豚肉 木綿豆腐 卵 みそ	精白米 油 砂糖 さつまいも	ピーマン 人参 たまねぎ 干しいたけ ごぼう 大根 もやし ねぎ オレンジ
26	木	パン 鮭のイタリア風ソテー ポトフ風スープ りんご ♪おにぎり	生鮭 生クリーム ウインナー	パン 油 小麦粉 バター じゃがいも	たまねぎ バセリ キャベツ 人参 大根 もやし りんご
27	金	わかめごはん しつぽくうどん もやしの酢の物 バナナ	干わかめ 鶏肉 あげ 白す干 卵	精白米 うどん 砂糖	大根 人参 ねぎ きゅうり もや し バナナ
28	土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ

昨年12月より給食試食会を実施しています。4歳児クラスから始めて、1月後半からは3歳児クラスの保護者を対象に、給食の時間を一緒に過ごして頂いています。参加して下さった方から『しっかり野菜を食べている姿に胸がいっぱいになりました。』・『お箸を使って食べていることに驚きました。』などのうれしい声が届いています。給食を食べながら、子どもの様子を近くで見守っていただける大切な機会になると思います。ご参加お待ちしています。

★ …『地産地消の日』

昼食の全材料使用量のうち
50%以上が香川県産です。



♪ …『手作りおやつの日』