



給食予定献立表 2026年2月

明の守おかまち学園
3歳以上 (A)

- ※ 材料の都合で献立を変更する事があります。
※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので必ず給食までに試してください。
※ 乳児は、朝間食にスキムミルクを提供しています。

献立種類	1日平均 (3歳以上)				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	501 kcal	18 g	12 g	82 g	1.8 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ		
				赤く・血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑く・からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄く・力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	時間	献立名	ざいりょう
2	月	昼	卵焼きの冬野菜あんかけ かっぱ-の香味和え 豆腐の味噌汁 ごはん	卵、豚ミソ カニカマチラシ 木綿豆腐、刻み揚げ、みそ	玉葱、白菜、かっぱ-、人参 かっぱ-	サラダ油、片栗粉 ごま油、白ごま 米	味噌、塩、酒、和風だし、うすくち醤油 みりん風調味料 みりん風調味料、うすくち醤油 和風だし	388	みかんフルーチェ お茶	カルシウム、牛乳 たんぱく質
3	火	昼	☆節分☆ おにカレー 和風サラダ チーズ	合挽き牛豚、大豆水煮、お魚ソーセージ チーズ	玉葱、人参、ピーマン、いも、人参 キャベツ、きゅうり、人参、コーン	米、押麦(大麦)、じゃがいも、サラダ油 とんがりごま油 ごま油、ドレッシング	味噌、塩、酒、和風だし	388	ぜんざい お茶	小豆、水、さとう、塩
4	水	昼	豚肉 青菜の菜種和え ニラのスープ ごはん	豚小間肉 卵	おろし生菜、玉葱、人参、だいこん、しいたけ、ピーマン、かっぱ-、人参 にら、もやし	サラダ油、サラダ油、さとう、片栗粉 サラダ油 米	料理酒、濃口醤油、塩、酢、濃口醤油 かっぱ- うすくち醤油、みりん風調味料 鶏がらスープ、塩	388	揚げパン スキムミルク	トランス脂肪酸、砂糖、たんぱく質、たんぱく質
5	木	昼	はちみつレモンチキン 大豆とさつま芋の揚げ しる菜のスープ ごはん	鶏肉 大豆水煮	レモン果汁、グレープフルーツ、しる菜、コーン	はちみつ、サラダ油 さつま芋、バター 米	料理酒、濃口醤油 かっぱ-	388	マカロニあべかわ お茶	マカロニ、きな粉、さとう、塩
6	金	昼	赤魚の揚げ煮 春雨の和え物 麩の味噌汁 ごはん	赤魚 かつわかめ、みそ	おろし生菜、れんこん きゅうり、人参、きくらげ	片栗粉、サラダ油、さとう 春雨、さとう お豆腐 米	和風だし、料理酒、みりん風調味料 濃口醤油 酢、みりん風調味料、塩 和風だし	388	ココア蒸しパン スキムミルク	ココア、水、ココア、たんぱく質
7	土	昼	厚揚げの五目煮 いんげんの和え物 そうめんの味噌汁 ごはん	絹厚揚げ、豚小間肉 ちくわ、花かつお みそ	大根、人参、干し椎茸、きぬさや、いも、青葱 そうめん	ごま油、サラダ油 そうめん 米	みりん風調味料、濃口醤油、和風だし 濃口醤油、みりん風調味料 和風だし	388	ウエハース はりんこ スキムミルク	カルシウム、たんぱく質、たんぱく質
9	月	昼	ゆり豆腐 ほうれん草のごま和え わかめの味噌汁 ごはん	木綿豆腐、ツナ、卵 かつわかめ、みそ	玉葱、グリーンピース、ほうれん草、人参、白ねぎ 米	ごま油、さとう 白ごま 米	料理酒、うすくち醤油 濃口醤油、みりん風調味料 和風だし	388	マカロンケーキ スキムミルク	卵、砂糖、牛乳、バター、砂糖、たんぱく質
10	火	昼	鶏肉のトマトソース焼き ジャーマンポテト オニオンスープ ごはん	鶏肉 ポテト、オニオン	トマトソース、ピーマン、玉葱、人参、パセリ 米	バター、サラダ油 じゃがいも、サラダ油 米	味噌、塩、酒、かっぱ-、おろし、塩、酒、かっぱ- 塩、酒、かっぱ- かっぱ-	388	豆乳プリン お茶	プリン、糖、調整豆乳、水
12	木	昼	ハヤシライス コールスロー 果物(オレンジ)	豚小間肉	玉葱、人参、パセリ、キャベツ、紫キャベツ、コーン、レタス 米	米、サラダ油 バター、ドレッシング 米	バター、味噌、塩、酒、かっぱ- 米	388	アイスホーンケーキ スキムミルク	卵、砂糖、牛乳、バター、砂糖、たんぱく質
13	金	昼	郷土料理 愛知県 味噌かつ きしめん 菜めし	豚肉、卵、赤みそ 刻み揚げ、花かつお	キャベツ 小松菜	小麦粉、パン粉、サラダ油、さとう きしめん、さとう 米	味噌、塩、酒、濃口醤油、おろし、みりん風調味料、和風だし 濃口醤油、昆布つゆ 菜めし	388	菰まんじゅう お茶	さつま芋、小麦粉、さとう、塩、バター、砂糖、水
14	土	昼	茄子そぼろ丼 しる菜の塩昆布和え とろろの清汁	豚ミソ、みそ、赤みそ 減塩塩こんぶ とろろ昆布	なす、玉葱、しる菜、人参、えのき 米	米、サラダ油、さとう、片栗粉 米	和風だし、料理酒、濃口醤油 和風だし、うすくち醤油、みりん風調味料 塩	388	白い風船 まがりせんべい スキムミルク	白い風船、砂糖、たんぱく質、たんぱく質
16	月	昼	エビと豆腐のあんかけ アスパラの磯和え 果物(パイナップル) ごはん	エビ、豚、木綿豆腐 きざみのり	アスパラ、人参、だれ、干し椎茸、アスパラ、人参、パイナップル 米	片栗粉、サラダ油、片栗粉 米	昆布つゆ、料理酒 うすくち醤油	388	ヨーグルトパウンド お茶	ヨーグルト、砂糖、牛乳
17	火	昼	さばの味噌煮 がんもの煮物 小松菜の清汁 ごはん	さば、みそ がんも	おろし生菜 大根、人参、きぬさや、小松菜	さとう、里芋 さとう お豆腐 米	みりん風調味料、料理酒、濃口醤油 昆布つゆ、みりん風調味料 濃口醤油、和風だし 和風だし、うすくち醤油、みりん風調味料 塩	388	ちんすこう(黒糖) スキムミルク	小麦粉、黒砂糖、サラダ油、塩、たんぱく質
18	水	昼	鶏のコーンマヨ焼き マカロニソテー 卵スープ ごはん	鶏肉 卵、かつわかめ	コーン、いも、玉葱、ほうれん草、赤ピーマン 米	マカロニ、サラダ油 マカロニ、サラダ油 米	味噌、塩、酒、塩、おろし、塩、酒、おろし かっぱ-	388	きなこドーナツ スキムミルク	卵、砂糖、牛乳、砂糖、たんぱく質
19	木	昼	白身魚のパン粉焼き 大根サラダ 南瓜の味噌汁 ごはん	ホキ ロースハム みそ	白身魚、大根、パセリ、赤かぼちゃ、大根の葉 米	パン粉、バター、さとう、ごま油 米	かっぱ-、濃口醤油、和風だし かっぱ-、濃口醤油、和風だし 和風だし	388	じゃがいもバター スキムミルク	じゃがいも、バター、砂糖、たんぱく質
20	金	昼	しょうゆラーメン ごまドレッシング 果物(バナナ)	豚小間肉、かまぼこ お魚ソーセージ	白身魚、人参、青葱、切干大根、きゅうり、人参、バナナ 米	ラーメン、ごまドレッシング 米	塩、酒、濃口醤油、醤油、ラーメンスープ 米	388	チャーハン お茶	米、豚ミソ、玉葱、人参、ピーマン、サラダ油、酒、鶏がらスープ
21	土	昼	青梗肉絲 もやしの中華和え きくらげのスープ ごはん	豚小間肉	玉葱、ピーマン、赤ピーマン、もやし、きゅうり、人参、きくらげ 米	サラダ油、さとう さとう、ごま油 春雨 米	濃口醤油、おろし、塩、濃口醤油 濃口醤油 鶏がらスープ、塩	388	ウエハース サラダせんべい スキムミルク	カルシウム、たんぱく質、たんぱく質
24	火	昼	だらのか-たぶら 小松菜のお浸し 大根の味噌汁 ごはん	だら 刻み揚げ みそ	アスパラ、小松菜 大根、大根の葉	たぶら粉、サラダ油 米	塩、おろし、塩、みりん風調味料、うすくち醤油 和風だし	388	ぶどうゼリー お茶	ぶどう、糖、水
25	水	昼	お誕生会 焼肉まぜそば 南瓜の煮物 しめじの清汁	牛豚肉、卵	大根、紅生姜、青葱、かぼちゃ、しめじ、白菜	米、さとう、サラダ油、さとう、サラダ油、白ごま さとう	酢、塩、濃口醤油、みりん風調味料 濃口醤油、みりん風調味料、和風だし 和風だし、うすくち醤油、みりん風調味料 塩	388	お誕生会デザート 餃子ピザ	餃子、砂糖、たんぱく質、たんぱく質
26	木	昼	ツナポテトオムレツ アスパラの磯和え かっぱ-のスープ ごはん	ツナ、卵 ロースハム	玉葱、アスパラ、ピーマン、コーン、かっぱ-、人参 米	じゃがいも、サラダ油 バター、ドレッシング 米	味噌、塩、酒、かっぱ- かっぱ-	388	ハンカチーフ スキムミルク	ハンカチーフ、砂糖、水、たんぱく質
27	金	昼	鶏のみそ焼き ひじきの白和え ほうれん草の清汁 ごはん	鶏肉、京風白みそ 充填豆腐、芽ひじき	かぼちゃ 人参、いも、ほうれん草	サラダ油 さとう、さとう お豆腐 米	料理酒、みりん風調味料、うすくち醤油 うすくち醤油 和風だし、うすくち醤油、みりん風調味料 塩	388	アイスホーン スキムミルク	さつま芋、バター、さとう、牛乳、砂糖
28	土	昼	コマ富士丼 白菜コンブ 春雨スープ	豚小間肉、みそ きざみ昆布	玉葱、人参、しいたけ、おろし生菜 白菜 人参	米、サラダ油、白ごま、白ごま、さとう 春雨	和風だし、料理酒、みりん風調味料 濃口醤油 みりん風調味料、うすくち醤油 鶏がらスープ、塩	388	ライスパン スキムミルク	ライスパン、砂糖、たんぱく質、たんぱく質