



献立予定表

給食だより

目標 がんばってなんでもたべましょう。



2026.2

月	火	水	木	金
	2	3	4	5
ラーメン 納豆の包み揚げ 酢の物	とり 鶏つくね マカロニナポリタン スープ	かきあげ 金時豆 豚汁	あかうお 赤魚の香味焼き 小松菜のマヨサラダ 味噌汁 チーズ	まーぼーどうふどん 麻婆豆腐丼 ビーフの中華サラダ 中華スープ
麦茶 ゆかりおにぎり	(三) ミルクスコーン	(三) シュガートースト	ストベリーヨーグルト サラダ うすやき	(三) 星たべよ
9	10	11	12	13
とり 鶏ごぼうの 和風パスタ ツナマヨサラダ コンソメスープ	なんばん チキン南蛮 大根と 小松菜の和え物 味噌汁	建国記念の日	とりてば 鶏手羽と野菜煮込み ほうれん草サラダ バナナ	ミートボーランチュー サラダ パン
麦茶 きんぴらおにぎり	(三) りんごのパッケージ		ブルーベリーヨーグルト クッキー	(三) たまご蒸しパン
16	17	18	19	20
チヂミ 春雨サラダ わかめスープ	生姜焼き キャベツのうま塩和え 味噌汁	きつねうどん はんぺんと きゅうりのゴマ和え ベビーシュー	さけ 鮭のかレー風味 コールスロー 味噌汁	ソースカツ丼 白菜サラダ 味噌汁 ケーキ
(三) オールレーズン	(三) スイートポテト		(三) 糜粉のドーナツ	(三) アップルガバピット
23	24	25	26	27
振替休日	メンチカツ ひじきのポン酢サラダ 味噌汁	とりにく 鶏肉の祥やヨ焼 キャベツのゆかり和え 味噌汁	酢豚 切り干し大根のサラダ ミニゼリー	カレーライス ゆで卵、サラダ 福神漬け
	(三) コーンフレーク	(三) ジャムサンド	(三) おにぎりせんべい	プリン

ちゅうりっぷ組のおやつ(9:30)

2 牛乳 コーソフレーク	3 麦茶 クッキー	4 麦茶 バナナ	5 麦茶 ふかし芋	6 麦茶 オールレーズン
9 牛乳 ミレーフライ	10 麦茶 ヨーグルト	11	12 麦茶 ティックソ	13 麦茶 せんべい
16 牛乳 コーソフレーク	17 ミロ せんべい	18 麦茶 キャローネーブル	19 麦茶 キウイ	20 麦茶 星たべよ
23	24 麦茶 ヨーグルト	25 麦茶 ミレーフライ	26 麦茶 みかん	27 麦茶 クッキー

毎週火曜日はお弁当箱の日です。3日、10日、17日、24日が今月の火曜日です。忘れないようにお願いします。

大豆や大豆製品を積極的に
食事にとり入れるようにしましょう！

大豆には、成長期の体づくりに必要なたんぱく質などの栄養素のほか、さまざまな有効成分が含まれています。大豆を煮豆など丸ごと調理すれば、豆の成分をすべてとることができます。また、豆腐や納豆など大豆の加工食品も大豆の栄養成分を受け継いで栄養豊富です。

食事の時に、やってはいけないはしづかいのことを「きらいぱし」や「いみぱし」といいます。料理をはして突きさす「さしばし」や、はしをなめる「ねぶりぱし」、はして食器を引き寄せる「寄せぱし」などあります。子どものうちから、きらいぱしをしないように、マナーを身につけましょう。

