



2月給食献立表

2026年02月

精華町立保育所(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
02 月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ビーフカレー ツナサラダ バナナ	米、じゃが芋、なたね油 なたね油、三温糖	牛肉 ツナ	玉ねぎ、人参 きゃべつ、ほうれん草、人参、コーン(冷凍) バナナ	カレールウ (アレルゲンフリー)、塩、こしょう 米酢、塩
	午後おやつ	牛乳 大学芋	さつま芋、きび砂糖、なたね油、黒ごま	牛乳		しょう油
03 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 いわしのかば焼き ごま和え みそ汁	米 片栗粉、なたね油、三温糖 すりごま、三温糖 さつま芋	さわら、いわし 油揚げ、みそ	土生姜 きゃべつ、人参 大根、人参、青ねぎ	しょう油、酒、みりん しょう油 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 きなこ豆(3～5歳児) きなこマカロニ(0～2歳児)	マカロニ、きび砂糖 マカロニ、きび砂糖	牛乳 蒸し大豆、きな粉 きな粉		しょう油、塩 塩
04 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳	精華町産 きゃべつ使用	
	昼食	ご飯 焼肉風 みそ汁	米 なたね油、三温糖 じゃが芋	牛肉 豆腐、みそ	きゃべつ、玉ねぎ、人参、にら、にんにく 玉ねぎ、小松菜	しょう油、酒 煮干し
	午後おやつ	りんご(2～5歳児クラス) バナナ(0～1歳児クラス) ポン菓子(3～5歳児クラス) ソフトせんべい	ぽんこめパー ソフトせんべい		りんご バナナ	
05 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 さばの塩焼き 二色煮 みそ汁	米 じゃが芋、三温糖	さば 豆腐、みそ、わかめ	人参 白菜、玉ねぎ、青ねぎ	塩 しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	いよかん 甘辛せんべい	甘辛せんべい		いよかん	
06 金	午前おやつ	牛乳		牛乳	精華町産 大根使用	
	昼食	ご飯 関東煮 土佐和え	米 突きこんにゃく、三温糖	鶏もも肉、絹厚揚げ、ごぼう天	大根、人参 白菜、小松菜、人参	しょう油、鰹だし しょう油、かつお節
	午後おやつ	ソース飯	米、なたね油	平天	きゃべつ	お好みソース、ウスターソース、塩、こしょう
09 月	午前おやつ	せんべい	せんべい	精華町産 きゃべつ使用		
	昼食	ご飯 鮭のパン粉焼き ゆで野菜 のっぺい汁	米 なたね油、パン粉 マヨドレ 里芋、突きこんにゃく、片栗粉	さけ 油揚げ	にんにく きゃべつ、人参 大根、人参、青ねぎ	酒、塩、カレー粉、こしょう 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 ぽたもち	じゃが芋、米、きび砂糖、すりごま	牛乳 みそ		塩
10 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ひじき御飯 ほうれん草のしらす和え 豚汁	米、なたね油、三温糖 突きこんにゃく	平天、ひじき ちりめんじゃこ 豚肉、みそ	人参、グリンピース ほうれん草、人参 大根、玉ねぎ、もやし、青ねぎ	しょう油、鰹だし、塩 しょう油 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 焼き芋	さつま芋	牛乳		
12 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鯖の味噌煮 じゃが芋と玉ねぎの含め煮 みそ汁	米 三温糖 じゃが芋、三温糖	さば、みそ 絹厚揚げ、みそ	土生姜 玉ねぎ、人参 白菜、玉ねぎ、人参、小松菜	しょう油 しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	牛乳 帽子パン	無塩バター、きび砂糖、小麦粉、ロールパン	牛乳 卵		
13 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	すき焼き丼 金時煮豆 みそ汁	米、糸こんにゃく、三温糖、なたね油 三温糖 里芋	牛肉、焼き豆腐 金時豆 みそ、油揚げ	白菜、玉ねぎ、青ねぎ 大根、人参、青ねぎ	しょう油 塩 煮干し
	午後おやつ	牛乳 ココアケーキ	ホットケーキミックス、きび砂糖	牛乳 牛乳		ココア



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

今月の給食目標・・・風邪をひきやすい季節なので温かい食事をしましょう



2月給食献立表

2026年02月

精華町立保育所(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
16 月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ご飯 八宝汁 じゃが芋の二色煮 バナナ	米 片栗粉、なたね油、ごま油 じゃが芋、三温糖	豚肉、平天	白菜、玉ねぎ、もやし、人参、干しいたけ、土生姜 人参 バナナ	しょう油、塩 しょう油、鰹だし
	午後おやつ	牛乳 小倉ケーキ	ホットケーキミックス	牛乳 調整豆乳、ゆであずき缶		
17 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 ささみのパン粉焼き ゆで野菜(ブロッコリー) みそ汁	米 なたね油、パン粉 マヨドレ	ささみ 豆腐、みそ、わかめ	パセリ ブロッコリー、人参 白菜、人参、青ねぎ	酒、塩、カレー粉、こしょう 塩 鰹だし
	午後おやつ	コーンご飯のおにぎり 胡麻入り味付けいりこ(3, 4, 5歳)	米、もち米		コーン(冷凍)	しょう油、昆布、塩 ごま入り味付けいりこ
18 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	ご飯 鯖の照り焼き うの花炒り煮 さつま汁	米 三温糖 突きこんにゃく、三温糖、なたね油 さつま芋	さわら おから 油揚げ、みそ 牛乳	青ねぎ、人参、干しいたけ 玉ねぎ、大根、人参、青ねぎ	しょう油、みりん しょう油、鰹だし 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 シュガーサンド	グラニュー糖、バター、食パン10枚切り		精華町産 大根使用	
19 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ 野菜のマリネ 野菜スープ みかんゼリー	米 片栗粉、なたね油 なたね油、三温糖 国産温州みかんゼリー(鉄、Ca)	鶏もも肉、鶏むね肉	土生姜 ブロッコリー、人参 玉ねぎ、もやし、人参、小松菜、きゃべつ	しょう油、酒、塩、こしょう 米酢、塩 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 フリーカットケーキ ミルクレーブ	フリーカットケーキ ミルクレーブ	牛乳		
20 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ハヤシライス 五色サラダ はるみオレンジ	米、じゃが芋、なたね油 なたね油、三温糖	牛肉 ツナ	玉ねぎ、人参 きゃべつ、水菜、人参、コーン(冷凍) オレンジ	ハヤシライスのルウ、塩、こしょう 米酢、塩
	午後おやつ	こぎつねうどん	ゆでうどん、片栗粉、砂糖	油揚げ、わかめ	人参、青ねぎ	しょう油(淡)、鰹だし、みりん、しょう油、塩、昆布
24 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 マーボー大根 水菜のツナサラダ	米 片栗粉、なたね油、三温糖 マヨドレ	豆腐、豚ひき肉、みそ ツナ	大根、玉ねぎ、青ねぎ、人参、干しいたけ、土生姜 水菜、きゃべつ、レモン果汁	しょう油 しょう油
	午後おやつ	牛乳 ごまクッキー	ホットケーキミックス、バター、きび砂糖、炒りごま、小麦粉	牛乳 牛乳		
25 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	ご飯 オムレツ 添え野菜 みそ汁	米 なたね油 マヨドレ	卵、鶏ひき肉 豆腐、みそ	人参、玉ねぎ、グリーンピース 小松菜、人参 大根、人参、青ねぎ	ケチャップ、塩、こしょう 塩 煮干し
	午後おやつ	さつま芋ご飯のおにぎり めざし(4, 5歳)	米、さつま芋、黒ごま		精華町産 小松菜使用	塩 いわし(煮干し)
26 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 赤魚の塩こうじ焼き 大根なます みそ汁	米 三温糖	赤魚 みそ、わかめ	大根、人参 白菜、えのきたけ、玉ねぎ、人参	塩こうじ 米酢、塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 あんサンド	食パン10枚切り	牛乳 ねりあん		
27 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 とんかつ きゃべつのナムル みそ汁	米 パン粉、なたね油、小麦粉 すりごま、ごま油	豚肉 みそ、油揚げ	きゃべつ、人参 大根、人参、青ねぎ	塩、こしょう しょう油、鶏がらスープ 煮干し
	午後おやつ	牛乳 ベイクドポテト	フレンチフライポテト(冷凍)、なたね油	牛乳		塩



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

今月の給食目標・・・風邪をひきやすい季節なので温かい食事をしましょう