

令和8年2月

うれしい給食 1号

認定こども園
新宝珠幼稚園

月	火	水	木	金
2 ごはん 江戸っ子煮 マカロニサラダ みそ汁 バイナップル	3 炊き込みごはん もやしのごま和え すまし汁 漬物 りんご	4 ごはん 八宝菜 春雨サラダ 中華スープ フルーツゼリー	5	6 卵不使用小山型パン じゃが芋とベーコンの煮込み 小松菜のお浸し 牛乳 オレンジ
○精白米 ○豚ミンチ じゃが芋 人参 高野豆腐 しいたけ 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 酒 ○かね きゅうり 玉ねぎ 人参 ハム ブドレ 砂糖 ○なめこ 白ねぎ 黒潮だし 白みそ みりん	○精白米 五目ごはんの素 薄揚げ ○太もやし 人参 白ごま 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん ○大根 ほうれん草 赤エビ蒲鉾 黒潮だし 淡口 みりん	○精白米 ○豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 もやし しいたけ 酒 濃口 中華料理の素 砂糖 みりん 鶏がら 片栗粉 ○春雨 きゅうり 人参 砂糖 濃口 ごま油 ○チンゲン菜 玉ねぎ 中華料理の素	お弁当	
お菓子 牛乳	お粥のラスク 牛乳	お菓子 牛乳	りんごケーキ 牛乳	おにぎり(ちりめんじゃこ) お茶
9 みそラーメン 竹輪の磯辯揚げ バナナ	10 ごはん 豚肉と野菜の煮込み きゃべつのおかか和え みそ汁 黄桃	11 建国記念日	12	13 チキンカレーライス ブロッコリーのツナマヨ和え バイナップル
○中華そば 太もやし 人参 ほうれん草 コーン 鶏がら 赤みそ 白みそ 濃口 みりん ○竹輪 青のり 天ぶら粉	○精白米 ○豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 突きこんにゃく 烤き豆腐 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 酒 ○きゃべつ 人参 かつお節 砂糖 濃口 みりん ○わかめ 薄揚げ 黒潮だし 白みそ みりん	お弁当		○精白米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース カレールウ バイナップルシロップ ケチャップ ○ブロッコリー ツナ マヨドレ 砂糖 濃口
かぼちゃケーキ 牛乳	お菓子 牛乳		ドーナツ 牛乳	お菓子 牛乳
16 ごはん 揚げシュウマイ 小松菜の煮浸し 中華スープ りんご	17 ごはん すき焼き風煮込み じゃが芋のゆかり和え 洋風スープ オレンジ	18 ごはん さらわの煮付け きゃべつのごま酢和え すまし汁 バナナ	19	20 きざみきつねうどん ツナサラダ 黄桃
○精白米 ○しゅうまい ○小松菜 人参 薄揚げ 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん ○太もやし きゃべつ 中華料理の素	○精白米 ○牛肉 玉ねぎ 人参 白菜 突きこんにゃく 鮭 烤き豆腐 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 酒 ○じゃが芋 ゆかり ○ほうれん草 大根 ブイヨン	○精白米 ○さわら 土生姜 砂糖 濃口 みりん 酒 ○きゃべつ きゅうり 白ごま 砂糖 醤 淡口 ○麩 黒潮だし 淡口 みりん	お弁当	
ジャムサンドイッチ 牛乳	お菓子 牛乳	人参ケーキ 牛乳	お菓子 牛乳	おにぎり(わかめ) お茶
23 天皇誕生日	24 ごはん 豚肉と春雨の炒め物 ブロッコリーの和え物 中華スープ	25 ごはん 子持ちししゃもの唐揚げ 野菜三色和え 洋風スープ バイナップル ☆お誕生日会 かぼちゃまんじゅう☆	26	27 さようなら遠足
	○精白米 ○豚肉 玉ねぎ 人参 パプリカ 春雨 砂糖 濃口 みりん 酒 ごま油 ○ブロッコリー 人参 コーン 淡口 みりん ○しめじ 玉ねぎ 中華料理の素	○精白米 ○子持ちししゃもの唐揚げ ○白菜 ほうれん草 人参 淡口 みりん ○じゃが芋 かぶ ブイヨン	お弁当	
	ぶどう寒天 ビスケット 牛乳	お菓子 牛乳	バナナマフィン 牛乳	

2月給食だより

2月は暦の上では春ですがまだ寒い日が続きますね。風邪をひきやすい季節は空気が乾燥しがちで、体の中も水分不足に。口や喉が乾燥しているとウイルスも侵入しやすくなるため、ドリンクをこまめにとることや、鍋や汁ものを食事に取り入れることで、水分を補うようにしましょう。冬野菜は体を温めたり、風邪予防に効果的なビタミンが豊富。しっかり食べて風邪のウイルスから体を守り元気に過ごしましょう。

雪組さんにとって残りわずかな給食の時間ですね。子どもたちにアンケートをとりリクエスト・好評メニューも沢山取り入れさせて頂きました。

※家からの持ち物 コップ・ふきん・はしを忘れないように

今月の栄養平均値 1号エネルギー 368kcal たんぱく質 12g 脂質 8.4g