

2026年2月 田口保育園 給食だより

※アレルギー疾患のお子様には除去食を用意しています
※食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります

月	火	水	木	金	土	日
2 蓮根のおろし揚げ 法蓮草の磯和え きのこの味噌汁	3 満月ポン 食パン（卵） タンドリーチキン（鶏）（卵） レタス トマト オレンジ カブのミルクスープ	4 プリン 雑穀ごはん 自家製のり卵 魚の揚げ煮 白菜ののり和え 吳汁 バナナ	5 リツツ 雑穀ごはん 高野豆腐の肉詰め 胡瓜とわかめの酢の物 小松菜入りかき卵汁（卵）	6 ⑦きな粉蒸しパン 雑穀ごはん 魚の葱味噌焼き 切干大根のカミカミサラダ もずくのすまし汁	7 黒棒 雑穀ごはん 豚肉と白菜の中華炒め ゆで卵（卵） 麩のすまし汁	8
牛乳 りんご	牛乳 ⑦中華ちまき	牛乳 ⑦フライドポテト	牛乳 ⑦煮豆	牛乳 りんご	スイートポテトビスケット（卵）	
9 源氏パイ 節分汁 恵方巻き（卵） みかん	10 ⑦かつおおにぎり 雑穀ごはん 鶏肉とさつま芋の甘辛煮（鶏） 法蓮草の煮浸し 豆腐の味噌汁	11 ⑦大豆きな粉 雑穀ごはん 煮魚 里芋サラダ（卵） もずくと小松菜のすまし汁	12 満月ポン 雑穀ごはん 大根とひき肉の麻婆風 プロッコリーのおかか和え ワカメスープ	13 バナナ 雑穀ごはん ちらし卵汁（卵） ピーマンとソーセージのバターソテー バイナップル	14 みかん 雑穀ごはん 厚揚げの豚バラ巻き グリンリーフ 白菜と南瓜の味噌汁	15 建国記念の日
牛乳 ⑦おにまんじゅう	牛乳 ⑦トルネードドッグ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 バナナ	牛乳 ⑦ホットケーキ	ギンビスアスパラガス（卵）	
16 ⑦ふかし芋 ごきつねおにぎり ツナと法蓮草のクリームスパゲティ 枝豆 りんご オニオンスープ（卵）	17 建国記念の日	18 ⑦青菜おにぎり 雑穀ごはん 南瓜とベーコンのかき揚げ（卵） 冬野菜の和風サラダ 汁ビーフン	19 ぼたぼた焼き 雑穀ごはん 白身魚と大豆のさっぱり煮 竹輪のマヨ炒め（卵） なめこの味噌汁	20 揚げせんべい 雑穀ごはん 冬野菜のハヤシライス ドレッシングサラダ オレンジ	21 黒棒 雑穀ごはん 台湾風焼きそば 大根のカリカリ漬け かき卵汁（卵）	22
牛乳 ⑦ぶどう寒天		牛乳 ⑦じゃこチーストースト（卵）	牛乳 ⑦おからショコラケーキ（卵）	牛乳 プリン（卵）	えいじビスケット（卵）	
23 天皇誕生日	24 クラッカー 雑穀ごはん すり身のおとし揚げ（卵） 春雨の酢の物（甲殻類） もずくとうす揚げのすまし汁	25 ⑦バナナきな粉 雑穀ごはん 親子うどん（鶏）（卵） 蒟蒻のかか煮 りんご	26 ⑦ゆかりおにぎり 雑穀ごはん 魚のシエバーズ焼き 蓮根とひじきの甘味噌サラダ ふわふわスープ（卵）	27 源氏パイ 雑穀ごはん タコライス さつま芋コロッケ コーンスープ バイナップル	28 まがりせんべい ＜愛情弁当の日＞ お弁当に ご飯とおかずを入れて 持ってきてください	1
2	3	4	5	6	7	8

今月は1月に大人気だった千草和えを紹介したいと思います。

こちらはお野菜たっぷりのレシピですがみんな完食してくれてとても好評でした。よかつたらお家でも試してみてください。

以下の2つは2月の新メニューです

「鶏肉のトマト煮」、「鶏肉とさつま芋の胡麻味噌炒め」

『千草和え』

＜材料＞ 法蓮草 1束 人参 1/2本 えのき 1束 もやし 1/2袋
うす揚げ 2枚 すりごま 小さじ 1杯

調味料 醤油 大さじ 1~2杯 砂糖 小さじ 1/2杯

【作り方】

- ①法蓮草とえのきは 3cm長さに切る。
- ②人参とうす揚げは千切りにする。全ての食材をボイルする。
- ③ 2に調味料とすりごまを和えて出来上がりです。
(お好みで調味料は加減をお願いします)