



2月献立表



令和8年1月30日

★カミカミメニュー

☆松江の味めぐりメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	日					
2	月	牛乳	ロールパン チキンカツ コールスローサラダ 薄焼きせんべい	ロールパン 鶏肉、パン粉、小麦粉、塩、ケチャップ、油 キャベツ、人参、パセリ、マヨドレ、塩 コーン、玉ねぎ、チンゲン菜、コンソメ、醤油、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳	小麦粉、コーンスターチ 粉糖、ココア、油 スノーボールスキムミルク
3	火	牛乳	麦ごはん いわしのハンバーグ 白菜のごま和え かみなり汁 ふかし芋りんご	米、押し麦 いわしミンチ、水煮大豆、玉ねぎ、生姜、パン粉、カレー粉、塩、中農ソース 白菜、人参、豆苗、もやし、ごま、砂糖、醤油 大根、玉ねぎ、人参、ごぼう、豆腐、細ねぎ、醤油、塩、ごま油、鰹節 りんご	お茶 牛乳	パイ生地、ココア カラースプレー、砂糖 金棒パイ
4	水	牛乳 クラッカー	誕生会	♪お楽しみメニュー	お茶・牛乳	♪
5	木	牛乳 ごま スティック	肉みそ丼 ★根菜サラダ わかめスープ みかん	米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 蓮根、ごぼう、人参、きゅうり、シーチキン、醤油、砂糖、マヨドレ わかめ、長ねぎ、醤油、中華味、鶏ガラ みかん	お茶 牛乳	食パン、ごま、砂糖 マーガリン ★セサミラスク
6	金	牛乳	とろろ昆布うどん ☆あごの焼きの磯辺揚げ カル鉄サラダ りんごバナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、細ねぎ、とろろ昆布、醤油、みりん、塩、鰹節 あご野焼き、青のり、天ぷら粉、油 ひじき、人参、小松菜、切干大根、コーン、酢、醤油、砂糖、ごま、ごま油 バナナ	お茶 牛乳	米、焼豚、玉ねぎ 人参、ピーマン チーハン 醤油、中華味、ごま油
7	土	牛乳 ハッピー ターン	中華丼 味噌スープ りんご	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、片栗粉、ごま油 玉ねぎ、大根、薄揚げ、味噌、中華味 りんご	お茶	ホットケーキミックス 砂糖、油 蒸しパン
8	日					
9	月	牛乳	ごはん さばの梅醤油煮 納豆サラダ かぼちゃ ポーロ パイナップル	米 さば、梅干し、生姜、醤油、みりん、砂糖 納豆、白菜、水菜、人参、もやし、醤油、マヨドレ 里芋、玉ねぎ、ごぼう、細ねぎ、味噌、煮干し パイナップル	お茶 牛乳	お好み焼き粉、キャベツ 人参、天かす、青のり ソース お好み焼き
10	火	牛乳	ごはん 鶏肉の西京焼き 大根のゆかり和え 薄焼きせんべい	米 鶏肉、味噌、マヨドレ、みりん 大根、人参、きゅうり、ゆかり、醤油 麩、玉ねぎ、しめじ、三つ葉、塩、醤油、鰹節 みかん	お茶 牛乳	ジャム サンド 食パン、苺ジャム
11	水		建国記念の日			
12	木	牛乳 ミレー ビスケット	黒糖パン 豆乳マカロニグラタン ★小松菜ソテー オニオンスープ キウイフルーツ	黒糖パン マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、豆乳、シチュールー、チーズ 小松菜、人参、パプリカ、コーン、醤油、中華味、油 玉ねぎ、パセリ、醤油、コンソメ、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳	さけ おにぎり 米、鮭フレーク、醤油 青のり
13	金	牛乳	ごはん 赤魚のチリソースがけ 白菜のごま酢和え 大豆 スナック いよかん	米 赤魚、長ねぎ、ケチャップ、醤油、砂糖、片栗粉、油 白菜、チンゲン菜、人参、かにかま、酢、醤油、砂糖、ごま 卵、玉ねぎ、えのき、にら、醤油、中華味、鶏ガラ いよかん	お茶 牛乳	★サクサク 麩のラスク 麩、砂糖、マーガリン

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
14	土	牛乳 ごま スティック	二色おにぎり 春雨スープ バナナ	米、シーチキン、コーン、ゆかり、ごま、塩 春雨、玉ねぎ、人参、わかめ、醤油、中華味、ごま油 バナナ	お茶	ふかし芋 さつま芋、塩
15	日					
16	月	牛乳	ごはん さけの塩焼き 小松菜のごま昆布和え 肉じゃが クラッカー オレンジ	米 さけ、塩 小松菜、もやし、塩昆布、ごま、醤油、ごま油 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、醤油、砂糖、みりん、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳	★マシュマロ おこし コーンフレーク、ココア マーガリン、マシュマロ
17	火	牛乳	マーボー丼 ★さつま芋とごぼうサラダ じゃが芋 なめこスープ バナナ チップス	米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、細ねぎ、赤味噌、片栗粉、中華味、ごま油 さつま芋、ごぼう、人参、きゅうり、シーチキン、醤油、砂糖、マヨドレ なめこ、長ねぎ、わかめ、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶	食パン、ピーマン ピザ 玉ねぎ、チーズ、コーン マヨドレ、ケチャップ トースト
18	水	牛乳	クリームスパゲティ 切干バンバンジー うの花 焼きかぼちゃ クッキー キウイフルーツ	スパゲティ、鶏肉、ほうれん草、玉ねぎ、人参、しめじ、シチュールー、牛乳、塩、油 切干大根、人参、チンゲン菜、ささみ、練りごま、酢、砂糖、醤油 かぼちゃ、塩、カレー粉、油 キウイフルーツ	お茶 牛乳 焼き おにぎり	米、醤油、みりん
19	木	牛乳	ごはん(手作りふりかけ) さわらの香味焼き キャベツサラダ 白菜と鶏肉の味噌汁 りんご チップス	米、ひじき、大根菜、ごま、醤油、砂糖、みりん、鰹節 さわら、長ねぎ、生姜、醤油、みりん、塩 キャベツ、水菜、人参、コーン、マヨドレ 鶏肉、白菜、玉ねぎ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳	豆乳餅 きな粉、塩
20	金	牛乳 畑の スナック	お弁当の日		お茶・牛乳	さつま芋 チップス さつま芋、塩、砂糖、油
21	土	牛乳	鶏ごぼうおにぎり 大根のさっぱり漬け さつま汁 ハッピー ターン バナナ	米、鶏ミンチ、ごぼう、人参、醤油、みりん、砂糖、鰹節 大根、人参、塩昆布、ごま さつま芋、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 バナナ	お茶	フルーチェ フルーチェ、牛乳
22	日		天皇誕生日			
23	月		振替休日			
24	火	牛乳	ロールパン 煮込みハンバーグ 花野菜サラダ 野菜 じゃが芋のポタージュ クラッカー オレンジ	ロールパン 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、パン粉、塩、ケチャップ、中農ソース ブロッコリー、カリフラワー、パプリカ、マヨドレ じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、シチュールー、牛乳 オレンジ	お茶 牛乳	☆板わかめ おにぎり 米、板わかめ
25	水	牛乳・せんべい	おわかれ会	♪お楽しみメニュー	♪	
26	木	牛乳	納豆丼 春雨サラダ ミレー ビスケット バナナ	米、鶏ミンチ、納豆、小松菜、味噌、砂糖、みりん、ごま油 春雨、きゅうり、人参、コーン、シーチキン、マヨドレ 玉ねぎ、白菜、エリンギ、にら、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳	ホットケーキミックス りんご、マーガリン ケーキ 砂糖、牛乳
27	金	牛乳	ごはん はまの竜田揚げ キャベツのおかか和え 大根の味噌汁 ふかし芋 りんご	米 はまの、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油 キャベツ、人参、もやし、豆苗、醤油、砂糖、鰹節 大根、玉ねぎ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳	小麦粉、にら、人参 桜エビ、ボン酢、ごま油 中華味 チヂミ
28	土	牛乳 ハッピー ターン	豚丼 厚揚げスープ いよかん	米、豚肉、玉ねぎ、白菜、人参、にら、醤油、砂糖、鰹節、片栗粉 厚揚げ、玉ねぎ、しめじ、醤油、中華味、ごま油 いよかん	お茶 ジャム クラッカー	クラッカー、苺ジャム

※牛乳 3歳未満児／午前・午後 3歳以上児／午前のみ

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

