

令和8年2月分 予定献立表



幼稚園

刈谷市学校給食センター

日 曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種類類	
2月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ショーロンポー	豚肉			玉ねぎ キャベツ しょうが	はるさめ ショーロンポーの皮	豚脂	452
	白菜とはるさめのマーボー	豚肉 生揚げ 豆みそ		チンゲンサイ ねぎ	白菜 しょうが にんにく	はるさめ 砂糖 でん粉		19.9
	中華あえ	ハム			もやし きゅうり	砂糖	ごま ごま油	
3火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	いわしのかば焼き	いわし				でん粉 砂糖	米油	413
	すまし汁	かまぼこ 豆腐		にんじん 小松菜	大根 えのきたけ			17.4
	キャベツの赤じそあえ			赤じそ	キャベツ			
4水	五目ラーメン 牛乳	豚肉	飲用牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ もやし 干しいたけ しょうが	ラーメン		524
	かつおかツ	かつお			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉	米油	23.2
	切り干し大根と小松菜のナムル			小松菜	切り干し大根		ごま ごま油	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
5木	けんちんしのだ	豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん				473
	[甘みそ]	甘みそ						
	大根のそぼろ煮	豚肉		にんじん さやいんげん	こんにゃく 大根 玉ねぎ	砂糖		18.5
	チンゲンサイとキャベツの昆布あえ		昆布	チンゲンサイ	キャベツ			
6金	雁が音中学校リクエスト献立		飲用牛乳			米		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		485
	カレーシチュー	豚肉		トマト にんじん	玉ねぎ エリンギ しょうが にんにく		カレールー	18.3
	愛知の大豆入りナゲット	鶏肉 大豆 きな粉		にんじん	にんにく		米油	
9月	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃが芋	ドレッシング	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	肉団子の甘辛煮	鶏肉			玉ねぎ			426
	八宝菜	豚肉 かまぼこ		チンゲンサイ にんじん	しめじ 玉ねぎ 白菜	でん粉		18.5
10火	ひよこ豆とキャベツの中華サラダ				キャベツ	ひよこ豆	ドレッシング	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	鶏肉とレバーのねぎソース	鶏肉 鶏レバー		ねぎ	しょうが	でん粉 砂糖	米油	492
	じゃが芋と生揚げの煮物	豚肉 生揚げ		にんじん ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ 干しいたけ	じゃが芋 砂糖		21.3
12木	プチ洋なしゼリー					ゼリー		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			米		
	ビビンバの具	豚肉		チンゲンサイ	もやし にんにく 干しいたけ	砂糖		409
	野菜しゅうまい	たら		にんじん	玉ねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいの皮		19.0
13金	わかめスープ	豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし			
	◆おかわりがとまらない?シーチキンご飯 牛乳	まぐろ油漬 油揚げ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	まいたけ	米 大麦		403
	(麦ご飯・具)							
	愛知のれんこん入りつくね	鶏肉			れんこん 玉ねぎ しょうが			17.6
冬野菜たっぷりみそ汁		生揚げ 米みそ 豆みそ		小松菜 にんじん	白菜 大根	里芋		

献立表の見方 【 】:卓上物 【 】業者配送 太字 新献立 ◆我が家のじまん料理 旬の料理 エネルギー基準値 490kcal たんぱく質基準値 20.2g

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



幼稚園

16 月	五穀ご飯	牛乳		飲用牛乳			米 大麦 玄米 きび		440
	ほうれん草入りオムレツ	卵			ほうれん草				20.0
	きのこストロガノフ	豚肉		脱脂粉乳	赤パプリカ 黄パプリカ	玉ねぎ にんにく しめじ エリンギ		デミグラスソース ハヤシルー	
	キャロットラペ				にんじん パセリ	レモンの皮 レモン果汁	砂糖	オリーブオイル	
17 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		416
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ					小麦粉	米油	17.5
	有機豆乳みそ汁	豆腐 有機豆乳 合わせみそ			小松菜	キャベツ 玉ねぎ 大根			
	じゃが芋きんぴら	豚肉			にんじん さやいんげん	しらたき	じゃが芋 砂糖		
18 水	小型ロールパン	牛乳		飲用牛乳			小型ロールパン		443
	ハンバーグのオニオンソースかけ	豚肉 鶏肉				玉ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉		19.8
	ウインナーとじゃが芋のスープ煮	ポークウインナー			にんじん	大根 しめじ	じゃが芋		
	ブロッコリーのサラダ				ブロッコリー	キャベツ		ドレッシング	
19 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		399
	めひかりのフライ	 地元の旬を 味わう日		めひかり			パン粉 でん粉 小麦粉	米油	16.3
	煮みそ	豚肉 八丁みそ			にんじん	ごんややく 大根 玉ねぎ 白ねぎ	里芋 砂糖		
	⑩ 愛知県産ほうれん草の和風サラダ				 愛知県産ほうれん草	もやし		ドレッシング	
20 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		442
	鶏肉とじゃが芋のうま煮	鶏肉 生揚げ			にんじん ねぎ	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖		17.0
	ごぼう入りつくね	鶏肉				玉ねぎ ごぼう しょうが			
	ひじきサラダ			ひじき		キャベツ とうもろこし	砂糖	ドレッシング	
24 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		447
	厚焼き卵	卵							19.5
	豚肉と野菜のしょうが煮	豚肉 大豆			にんじん 小松菜	ごんややく 玉ねぎ しょうが	じゃが芋 砂糖		
	いよかん					いよかん			
25 水	カレーうどん (白玉うどん・汁)	牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ 白菜	白玉うどん でん粉	カレールー	521
	コロッケ					玉ねぎ	じゃが芋 パン粉 小麦粉	米油	18.4
	キャベツの青菜あえ		かつお節		広島菜 京菜 大根葉	キャベツ	砂糖		
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
26 木	ホイコーロー	豚肉 豆みそ			ピーマン にんじん	キャベツ 玉ねぎ しめじ にんにく しょうが	砂糖 でん粉	米油	512
	春巻き	豚肉			にんじん	玉ねぎ キャベツ しょうが しめじ	はるさめ 春巻きの皮	米油	16.9
	きゅうりとわかめのサラダ			わかめ		きゅうり もやし		ドレッシング	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			米		
27 金	いわしの煮付け	いわし				しょうが			481
	ちゃんこ煮	豚肉 豆腐			小松菜 ねぎ	キャベツ えのきたけ にんにく	はるさめ		21.3
	じゃが芋のごまサラダ					とうもろこし	じゃが芋	ごま ドレッシング	

愛知県産の食材 (今月の予定)

主食(米(刈谷市産) 小麦) 飲用牛乳 小松菜 チンゲンサイ にんじん ねぎ ブロッコリー ほうれん草
キャベツ きゅうり 大根 玉ねぎ 白菜 豚肉 大豆 豆みそ 切り干し大根 干ししいたけ

地元の旬を味わう日

今月の旬は「ほうれん草」です。



ほうれん草 主な産地:尾張西部(一宮市、稲沢市、愛西市) 旬の時期:10月~4月

ほうれん草は、一年中出荷されていますが、愛知県のほうれん草は、主に秋から冬に出荷されます。寒さが増すと、ほうれん草は、繊維が柔らかく甘みが増します。選ぶ時のポイントは、根に近い部分から葉が密生していて、葉の色が鮮やかな緑色で、根元の赤みが鮮やかなもののほど甘みがあり香りも豊かです。保存する時は、ポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ畑で育っていた時のように立てておきます。葉が重なり合わないので鮮度が保てます。