



令和8年2月 給食献立表

読谷村立保育所

□【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品【黄】体の熱や力をする食品【緑】体の調子を良くし病気にならないようにする食品
□行事、食材の都合により献立を変更することがございます。

□新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします。



日付	曜日	献立名	材料と体内での働き			おやつ	
			あか 体の血、肉、骨、歯 をつくる	きいろ 体の熱や力をする	みどり 体の調子を良くし病気 にならないようにする	1~2歳児 午前10時	全児 午後3時
2 16	月	ハヤシライス 大根ときゅうりのさつぱり和え 春雨スープ	豚Bロース肉、シーチキン、かつお・かつお節、きな粉、牛乳	米、押し麦、あわ、じゃが芋、小麦粉、三温糖、はるさめ、コッペパン、なたね油、黒砂糖	たまねぎ、マッシュルーム、人参、大根、きゅうり、えのき、はくさい	ピスケット 牛乳	揚げパン 牛乳
3 17	火	ごはん 納豆みそ 豆腐ちゃんぶるー けんちん汁	挽きわり納豆、花かつお、沖縄豆腐、シーチキン、鶏むね肉、大豆・煮干し	はいが米、あわ、押し麦、三温糖、なたね油、車麩、さつま芋、片栗粉、水あめ	しょうが、ねぎ、人参、キャベツ、もやし、こまつな、大根、ごぼう、しいたけ、長ねぎ、タンカン	あられ 牛乳	大豆の甘辛揚げ タンカン お茶
4 18	水	ごはん 豚肉ピーマン炒め パン・パンジー風サラダ かぼちゃのみそ汁	豚Bロース肉、ささ身、沖縄豆腐、無塩せきポークインナー、豆乳、かむかむおやつこんぶ、牛乳	はいが米、あわ、押し麦、なたね油、片栗粉、すりごま、白、三温糖、ホットケーキミックス	しょうが、たけのこ、ピーマン、人参、赤バブリカ、もやし、きゅうり、かぼちゃ、しめじ、たまねぎ、ねぎ	クラッカー 牛乳	アメリカンドック かむかむおやつこんぶ 牛乳
5 19	木	小豆入り花見ご飯 ししゃもの香味揚げ にんじんしりしり キャベツの味噌汁	小豆缶詰、ししゃも、シーチキン、油揚げ、牛乳	はいが米、あわ、押し麦、紅イモ、小麦粉、片栗粉、なたね油、お米deガトーショコラ	梅干し、しが、あおのり、人参、もやし、きくらげ、ニラ、キャベツ、たまねぎ、しめじ、ねぎ、バナナ	ピスケット 牛乳	米粉deガトーショコラ バナナ 誕生日ケーキ(19) 牛乳
6 20	金	豆乳みそちゃんぽん 焼き芋 肉焼壳	豚Bロース肉、蒸しかまぼこ、豆乳、安心材料 肉焼壳、無塩せきベーコン	中華めん、なたね油、焼き芋、はいが米、三温糖	人参、きくらげ、キャベツ、たまねぎ、もやし、チングンサイ、にんにく、ホールトマト、コーン、バセリ	あられ 牛乳	トマトリゾット お茶
7 14	土	ガパオライス トマトスープ	豚・ひき肉、鶏・ひき肉、絹ごし豆腐、鶏もも肉、ピザ用チーズ、無添加ポークランチョンミート、牛乳	はいが米、あわ、押し麦、なたね油、三温糖、片栗粉、食パン	黄バブリカ、赤バブリカ、ピーマン、たまねぎ、しめじ、にんにくトマト、えのき	クラッカー 牛乳	ハムチーズトースト 牛乳
9 25	月	ごはん 手作りふりかけ 味噌おでん きゅうりとわかめの和え物	しらす、花かつお、無塩せきポークウインナー、焼き竹輪、焼き豆腐、牛乳	はいが米、あわ、押し麦、三温糖、いりごま、白、さつま芋、ホットケーキミックス、小麦粉	あおのり、大根、人参、きゅうり、もやし、わかめ、オレンジ	ピスケット 牛乳	鬼まんじゅう オレンジ 牛乳
10 24	火	コッペパン ひき肉と大豆のケチャップ炒め キャロットラペ キャベツのスープ	牛・ひき肉、豚・ひき肉、大豆・粉チーズ、ペにさけ	コッペパン、なたね油、三温糖、はいが米、押し麦、あわ、いりごま、白	にんにくたまねぎ、セロリ、人参ピーマン、キャベツ、レーズン、えのき、塩昆布、枝豆、ブルーン	あられ 牛乳	枝豆と鮭のおにぎり ブルーン お茶
12 26	木	ごはん いわしの梅煮 三色和え 豚ソーキ汁	牛乳、いわし、ソーキ	はいが米、あわ、押し麦、すりごま、白、三温糖	こまつな、人参、もやし、昆布、とうがん、ねぎ	クラッcker 牛乳	グレープゼリー せんべい 牛乳
13 27	金	えんどう豆ごはん グルクンの竜田揚げ 山芋サラダ ゆし豆腐汁	花かつお、ゆし豆腐、もずく、塩抜き、牛乳	はいが米、片栗粉、なたね油、やまと、マヨドレ、すりごま、白、バター、米油、三温糖、小麦粉	グリーンピース、にんにく、しが、人参、きゅうり、しめじ、塩昆布、アーサ、ねぎ、こまつな、りんご	ピスケット 牛乳	小松菜サフレ りんご 牛乳
21 28	土	ごはん 麻婆豆腐 玉ねぎとわかめのスープ	豚・ひき肉、沖縄豆腐、豆乳、牛乳	はいが米、あわ、押し麦、なたね油、三温糖、片栗粉、さつま芋、バター	しょうが、たまねぎ、しいたけ、ニラ、人参、わかめ、えのき、ねぎ、オレンジ	あられ 牛乳	春巻きさつま芋パイ オレンジ 牛乳

＼2月 読谷村産食材／

えんどう豆・トマト・冬瓜・ピーマン・人参・ニラ

給食では
「えんどう豆ごはん」
「トマトスープ」
「ソーキ汁」
「豚肉とピーマン炒め」
「人参しいしり」「キャロットラペ」

上記のメニューで村産の食材を提供します。

暦上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続きます。
栄養価の高い旬の野菜を取り入れ
バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけましょう!



読谷村では2月になると、毎年恒例！ 中日ドラゴンズのキャンプが始まります！

各地域の郷土料理に触れ味わう機会として、中日ドラゴンズの本拠地である愛地県の郷土料理を提供します♪

「味噌おでん」

愛地県の食に欠かせないのが豆味噌。豆味噌を使った味噌ダレをおでんにかけていただきます。

「鬼まんじゅう」

戦中、戦後の食糧難の時代にさつまいもと小麦粉を使って作られた米の代わりの主食として広まつたそう。角切りのさつまいものゴツゴツ見える様が鬼の角や金棒を連想されることからこの名前がついたそうです。