

2026年02月

献立表

未満児は、果物が変わる日があり、魚は白身魚、骨なしのお肉を提供します。

日	曜	屋食献立名	おやつ	材料（屋食と午後おやつ）			未満時 朝・屋食 追加	日	曜	屋食献立名	おやつ	材料（屋食と午後おやつ）			未満時 朝・屋食 追加
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2	月	パン クリームシチュー わかめとツナの酢の物 果物（りんご）	牛乳 みぞまんじゅう 温野菜（セロリー） 果物（ボンカン）	白パン ジャがいも 小麦粉 砂糖 バター	牛乳 鶏もも肉 ツナ缶 卵 みそ わかめ	たまねぎ ポンカン りんご キャベツ にんじん きゅうり セロリー ブロッコリー	牛乳	17	火	♪お誕生日会♪旧正月 ゆかりご飯 松風焼き なます お雑煮 果物（ボンカン）	牛乳 ロールケーキ 温野菜（にんじん） 果物（いちご）	米 さといも ごま 砂糖 パン粉 油 片栗粉 パン ロールケーキ	牛乳 鶏ひき肉 鶏もも肉 豚ひき肉 卵 かまぼこ みそ	だいこん にんじん ポンカン はくさい いちご たまねぎ ごぼう ほうれんそう 干しいたけ	牛乳
3	火	♪節分会♪ 雑穀ご飯 鬼つちバグ 温野菜（きゅうり） ドレッシングサラダ コンスープ 果物（ボンカン）	牛乳 恵方巻き 温野菜（だいこん） 果物（いちご） 甘納豆	米 砂糖 パン粉 雑穀 油	牛乳 かにかまぼこ 豚ひき肉 ツナ缶 鶏ひき肉 ツナ缶 ハム ベーコン 卵 だしすき煮 のり ひじき	たまねぎ きゅうり ポンカン いちご キャベツ クリームコーン缶 コーン だいこん にんじん パセリ	牛乳	18	水	雑穀ご飯 魚の煮つけ ほうれん草の納豆和え 五目みそ汁（さつまいも・ ごぼう） 果物（りんご）	牛乳 ★抹茶マフィン 温野菜（だいこん） 果物（バナナ）	米 小麦粉 さつまいも 砂糖 油 雑穀	牛乳 たい 木綿豆腐 卵 挽きわり納豆 みそ しらす干し 油揚げ	バナナ ほうれんそう りんご きゅうり たまねぎ だいこん にんじん ごぼう ねぎ しょうが	牛乳
4	水	雑穀ご飯 鮭のこまマヨ焼き ジャーマンポテト 納豆 みそ汁 果物（りんご）	牛乳 ほうれん草クッキー 温野菜（ごぼう） 果物（バナナ）	米 ジャがいも 小麦粉 マヨネーズ 砂糖 雑穀 油 すりごま	牛乳 さけ 木綿豆腐 納豆 バター みそ ツナ缶 卵 ベーコン 油揚げ あおのり	バナナ りんご たまねぎ はくさい ほうれんそう ごぼう えのきだけ しめじ ねぎ パセリ	牛乳	19	木	パン 中華風やしそば がんもどきと野菜の煮物 果物（いちご）	牛乳 鮭と小松菜のご飯 温野菜（ごぼう） 果物（ボンカン）	ロールパン 米 パリパリ麺 ジャがいも 片栗粉 砂糖	牛乳 がんもどき えび 豚肉 さけ かまぼこ	はくさい たまねぎ ポンカン いちご にんじん もやし だけのこ（ゆで） ごぼう えだまめ（冷凍） こまつな ねぎ 干しいたけ	牛乳
5	木	パン 肉うどん 根菜サラダ 果物（ボンカン）	ジョア（鉄&葉酸マスカット味） なめだけご飯 温野菜（にんじん） 果物（いちご）	よもぎロールパン 干しうどん 米 糸こんにやく マヨネーズ すりごま 砂糖	ジョア（鉄&葉酸マスカット味） 牛肉 ツナ缶 かまぼこ	ボンカン たまねぎ いちご だいこん にんじん なめだけ ごぼう れんこん いんげん ねぎ	牛乳	20	金	雑穀ご飯 すき焼き 温野菜（いんげん） みそ汁 果物（ボンカン）	牛乳 ビザトースト 温野菜（にんじん） 果物（バナナ）	米 食パン 糸こんにやく 麩 雑穀 油 砂糖	牛乳 牛肉 焼き豆腐 ビザ用チーズ みそ ベーコン 油揚げ	たまねぎ バナナ ポンカン はくさい だいこん にんじん トマト ヒーマン えのきだけ 根深ねぎ ねぎ いんげん	牛乳
6	金	雑穀ご飯 スパイシーチキン 洋風白和え みそ汁 果物（りんご）	牛乳 お芋ケーキ 温野菜（セロリー） 果物（バナナ）	米 小麦粉 さつまいも 砂糖 雑穀 すりごま	牛乳 鶏もも肉 木綿豆腐 卵 カッターチーズ バター みそ 油揚げ	バナナ ほうれんそう りんご きゅうり たまねぎ だいこん にんじん セロリー えのきだけ 干しぶどう ねぎ にんにく	牛乳	21	土	♪ちゅうりっふ懇談♪ パン みそうどん 青菜ときのこのソテー 果物（りんご）	牛乳 いりこ菜飯 温野菜（だいこん） 果物（ボンカン）	白パン 米 干しうどん	牛乳 鶏もも肉 米みそ ベーコン 油揚げ ちくわ	ほうれんそう ポンカン りんご はくさい にんじん 根深ねぎ しめじ だいこん えのきだけ	牛乳
7	土	♪つくしんぼ懇談♪ ご飯 すいとん 切干大根と凍り豆腐の煮 物 果物（りんご）	牛乳 ホットケーキ 温野菜（にんじん） 果物（バナナ）	米 ホットケーキ粉 ジャがいも 小麦粉 糸こんにやく 砂糖	牛乳 鶏もも肉 卵 高野豆腐 鶏ひき肉 かまぼこ	バナナ にんじん はくさい だいこん ごぼう りんご 切り干しだいこん ねぎ いんげん 干しいたけ	牛乳	24	火	ビビンバ丼 はるさめスープ（だいこん） 果物（りんご）	牛乳 ミルクもち 温野菜（セロリー） 果物（バナナ）	米 ぐす粉 はるさめ 黒砂糖 三温糖 砂糖 ごま油	牛乳 牛肉 錦糸卵 スキムミルク ベーコン わかめ きな粉	バナナ ほうれんそう りんご にんじん だいこん みずな もやし コーン セロリー だけのこ（水煮缶）	牛乳
9	月	雑穀ご飯 石狩汁 豚肉の柳川風煮物 チーズ巻き揚げ 果物（ボンカン）	牛乳 さつま子とりんごの甘煮 温野菜（だいこん） リッツ	米 さつまいも ジャがいも 砂糖 きょうざの皮 油 雑穀 バター	牛乳 さけ 木綿豆腐 卵 豚肉 チーズ みそ こんぶ（だし用）	りんご ポンカン だいこん はくさい たまねぎ にんじん ほうれんそう ごぼう 干しぶどう ねぎ レモン果汁	牛乳	25	水	♪お別れ遠足♪	牛乳 鮭わかめご飯 温野菜（にんじん） 果物（いちご）	米	牛乳	いちご にんじん	
10	火	中華おこわ 春雨の酢の物 コンスープ（中華味） 果物（いちご）	牛乳 もちもちチーズパン 温野菜（セロリー） 果物（バナナ）	米 白玉粉 もち米 くり はるさめ 油 砂糖 ごま油 片栗粉 さつまいも	牛乳 豚肉 卵 粉チーズ ハム ベーコン	バナナ キャベツ いちご クリームコーン缶 コーン きゅうり ほうれんそう にんじん 根深ねぎ セロリー だけのこ いんげん 干しいたけ	牛乳 さつまいも	26	木	パン スーフスバゲティ 手羽中の甘煮 野菜の甘酢和え 果物（りんご）	ジョア（鉄&葉酸マスカット味） なっとく丼 温野菜（だいこん） 果物（ボンカン）	ロールパン 米 スパゲティ ジャがいも 砂糖	ジョア（鉄&葉酸マスカット味） 鶏手羽肉 ベーコン 挽きわり納豆 豚ひき肉 えび 鶏もも肉	たまねぎ ポンカン りんご カリフラワー にんじん ブロッコリー だいこん しめじ えのきだけ いんげん パセリ	牛乳
12	木	パン 焼き豚入り野菜たっぷりラーメン 鶏レバーの煮物 温野菜（にんじん） 果物（りんご）	牛乳 さと芋ご飯 温野菜（ごぼう） 果物（ボンカン）	ゆで中華めん 米 ぶどうロールパン さといも 砂糖 ごま油 油 ジャがいも	牛乳 鶏レバー 焼き豚 スキムミルク しらす干し	ボンカン りんご キャベツ にんじん たまねぎ チンゲンサイ もやし ごぼう えだまめ（冷凍） コーン ねぎ	牛乳 ジャがいも	27	金	雑穀ご飯 筑前煮 鮭の塩焼き みそ汁 果物（ボンカン）	牛乳 きなこドーナツ 温野菜（セロリー） 果物（バナナ）	米 さといも ホットケーキ粉 糸こんにやく 油 砂糖 雑穀 麩	牛乳 さけ 絹ごし豆腐 鶏もも肉 みそ わかめ かまぼこ きな粉	バナナ ポンカン たまねぎ ごぼう にんじん れんこん えのきだけ セロリー いんげん ねぎ 干しいたけ	牛乳
13	金	雑穀ご飯 ぶりのカツ 花かつお和え みそ汁 果物（ボンカン）	牛乳 いちごジャムサンド パン 花かつお和え（にんじん） 果物（バナナ）	米 食パン ジャがいも 小麦粉 パン粉 生わかめ みそ いちごジャム 油 雑穀 すりごま	牛乳 ぶり 木綿豆腐 卵 生わかめ みそ 油揚げ かつお節	バナナ キャベツ ポンカン きゅうり にんじん たまねぎ だいこん（たくあん） えのきだけ ねぎ	牛乳	28	土	♪れんげ懇談♪ ご飯 豚汁 高野豆腐の卵とじ 果物（りんご）	牛乳 手作りラスク 温野菜（にんじん） 果物（バナナ）	米 フランスパン さつまいも 糸こんにやく マーガリン グラニュー糖 砂糖 油	牛乳 木綿豆腐 豚肉 卵 高野豆腐 みそ 鶏ひき肉 油揚げ	バナナ りんご にんじん たまねぎ だいこん みそ ごぼう いんげん ねぎ	牛乳
14	土	♪成長を祝う会♪ 雑穀米入り根菜カレー 切り干し大根のサラダ 果物（ボンカン）	牛乳 マカロニきなこと 温野菜（だいこん） 果物（バナナ）	米 さといも マカロニ マヨネーズ 砂糖 雑穀 油	牛乳 牛肉（もも） ハム きな粉	たまねぎ バナナ ポンカン 切り干し大根 きゅうり にんじん ごぼう れんこん だいこん コーン レモン	牛乳	1 か月の平均栄養量 （幼児・おやつ含む）			エネルギー 504 kcal たんぱく質 20g 脂質 14.9g 塩分 1.8g	鉄 2.4 mg カルシウム 213 mg ビタミンC 30 mg	食物繊維 4.8 g		
16	月	雑穀ご飯 マーボ豆腐 ナムル 果物（りんご）	牛乳 芋かりんとう 温野菜（セロリー） 果物（ボンカン）	さつまいも 米 片栗粉 砂糖 油 雑穀 ごま油 ジャがいも	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉 赤みそ 卵 ハム しらす干し	たまねぎ ポンカン りんご には にんじん きゅうり もやし セロリー ねぎ 干しいたけ にんにく しょうが	牛乳 ジャがいも	★18日の抹茶マフィンは、新メニューです。後日、給食室前にレシピを掲載しますので是非ご覧ください。							
※保育所では、国産のいりこ、昆布、かつお節で味噌汁や汁物のだしをとっています。															

★18日の抹茶マフィンは、新メニューです。後日、給食室前にレシピを掲載しますので是非ご覧ください。

※保育所では、国産のいちご、昆布、かつお節で味噌汁や汁物のだしをとっています。

※都合により献立が一部変更になることがあります。