



給食献立表

2月



2026年

3歳以上児

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質
2	月	中華スープ ツナと菜の花の卵焼き オレンジ	粉乳 ★お好み焼き	油揚げ・まぐろ缶詰・鶏卵・脱脂粉乳 絹ごし豆腐・ベーコン・かつお節	緑豆はるさめ・じゃがいも・大豆油 三温糖・薄力粉・ながいも	大根・ほんしめじ・こまつな・にんじん えのきたけ・こねぎ・和種なばな・たまねぎ バレンシアオレンジ・キャベツ・あおのり	417kcal 24.1g
3	火	ぶりの香味焼き 赤大根の酢の物 おさつスティック 豆腐としめじのスープ りんごゼリー	粉乳 ★さつまぼうろ	ぶり・しらす干し・木綿豆腐・煮干し 脱脂粉乳・鶏卵	ごま油・普通はるさめ・三温糖・ごま さつまいも・大豆油 すりおろしりんごゼリー・薄力粉 重曹	しょうが・大根・きゅうり・にんじん・わかめ ほんしめじ・こねぎ	452kcal 25.2g
4	水	鶏肉と野菜のうま煮 岩石揚げ バナナ	粉乳 ★ツナパン	鶏もも・厚揚げ・だいず水煮缶詰 鶏卵・脱脂粉乳・カル鉄牛乳 まぐろ缶詰	さといも・三温糖・大豆油・薄力粉 ホットケーキミックス	にんじん・大根・ごぼう・生しいたけ グリーンピース・ほしひじき・西洋かぼちゃ バナナ・たまねぎ	471kcal 23.1g
5	木	チャーシューメン 納豆 りんご	粉乳 ★三角チョコパイ	豚かたロース・鶏卵・糸引き納豆 脱脂粉乳	中華めん・三温糖・大豆油・パイ皮 ミルクチョコレート・グラニュー糖	しょうが・にんにく・りょくとうもやし・にんじん キャベツ・たまねぎ・こねぎ・スイートコーン缶詰 りんご	453kcal 24.3g
6	金	鶏のカレースパイス焼き ひじきと大豆の煮物 ミニトマト 南瓜と豆腐のみそ汁 キウイフルーツ	麦茶 ★五平餅	鶏もも・豚もも・だいず・油揚げ 木綿豆腐・麦みそ・煮干し 赤色辛みそ	三温糖・かたくり粉・大豆油・米・ごま	しょうが・ほしひじき・たまねぎ・にんじん ミニトマト・西洋かぼちゃ・えのきたけ こねぎ・キウイフルーツ	464kcal 22.8g
7	土	麻婆豆腐 大豆ふりかけ バナナ	牛乳 もちもちドーナツパン	豚ひき肉・絹ごし豆腐・麦みそ 普通牛乳	三温糖・かたくり粉・大豆油 もちもちツイストドーナツ	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生しいたけ こねぎ・グリーンピース・バナナ	469kcal 20.2g
9	月	おでん 小籠包 ピーチゼリー	粉乳 ★豆腐のパンケーキ	鶏もも・厚揚げ・鶏卵・さくらえび 脱脂粉乳・絹ごし豆腐・普通牛乳	さといも・じゃがいも・車糖 ショールンボー すりおろしゼリーピーチ 薄力粉・メープルシロップ	大根・にんじん・さやいんげん	465kcal 27.5g
10	火	白身魚のフリット 菜の花とひじきのごまドレサラダ もずくと豆腐のスープ 金柑	粉乳 ★りんご風味のフレンチトースト	まだい・ボンレスハム・木綿豆腐 煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 カル鉄牛乳	薄力粉・水・大豆油・食パン ソイレブル・三温糖	ほしひじき・きゅうり・こまつな・にんじん りょくとうもやし・和種なばな おきなわもずく・葉ねぎ・きんかん りんご	454kcal 26.7g
12	木	けんちんうどん 松風焼き りんご	粉乳 ★アーモンドサクサククッキー	豚もも・油揚げ・鶏ひき肉・木綿豆腐 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵	うどん・三温糖・かたくり粉・ごま ソイレブル・粉糖・薄力粉 アーモンド	大根・にんじん・こまつな・ごぼう 生しいたけ・こねぎ・たまねぎ・あおのり りんご	486kcal 24.1g
13	金	吉野汁 アジフライ オレンジ	粉乳 ★ココア蒸しパン	豚もも・木綿豆腐・油揚げ・アジフライ 脱脂粉乳・カル鉄牛乳 ホイップクリーム	じゃがいも・大豆油・かたくり粉 薄力粉・三温糖・ソイレブル アーモンド・ミルクチョコレート	大根・にんじん・こねぎ・はくさい・たまねぎ バレンシアオレンジ	462kcal 23.8g
14	土	韓国風スタミナ炒め 白菜と桜エビのスープ バナナ	牛乳 チョコタルト	豚もも・さくらえび・絹ごし豆腐 煮干し・普通牛乳	三温糖・ごま油・チョコタルト	たまねぎ・にんじん・大根・キャベツ りょくとうもやし・にら・はくさい・葉ねぎ バナナ	448kcal 19.4g
16	月	田舎風みそ汁 春野菜の納豆和え オレンジ	粉乳 ★バニラトースト	豚もも・厚揚げ・さつま揚げ・麦みそ 糸引き納豆・しらす干し・鶏卵 脱脂粉乳	じゃがいも・大豆油・三温糖・ごま ごま油・食パン・ソイレブル	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ 西洋かぼちゃ・ごぼう・スナッパえんどう 和種なばな・こまつな・りょくとうもやし バレンシアオレンジ	465kcal 27.5g
17	火	ポークカレー フルーツ和え 福神漬	元氣ヨーグルト ★バルミエ	豚もも	じゃがいも・大豆油 アレンジダイスゼリー温州みかん ゼリー巨峰・ピーチあわせゼリー カクテルゼリー・元氣ヨーグルト パイ皮・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・グリーンピース 西洋かぼちゃ・ブロッコリー・バナナ もも缶詰・りんご・バインアップル缶詰 福神漬	454kcal 13.3g
18	水	【お別れ遠足】					
19	木	【お誕生会】 鬼っこランチ 鶏の唐揚げ ポテトサラダ サラダ菜 いちご わかめと豆腐のスープ	麦茶 ロールケーキ	ベーコン・ウィンナー・焼き竹輪 豚もも・鶏もも・木綿豆腐	大豆油・蒸し中華めん・かたくり粉 じゃがいも・ショートケーキ	にんじん・たまねぎ・のりのつくた煮 味噌汁のり・青ピーマン・キャベツ・きゅうり しょうが・にんにく・サラダ菜・いちご わかめ・ぶなしめじ・こねぎ	
20	金	きびなごの竜田揚げ スパゲッティ・ソー 白菜と麩のスープ 金柑	粉乳 ★パンブキンケーキ	きびなご・ベーコン・鶏卵・絹ごし豆腐 煮干し・脱脂粉乳 カル鉄牛乳	かたくり粉・大豆油・スパゲッティ 焼きふ・ホットケーキミックス・無塩バター 三温糖	しょうが・あおのり・たまねぎ・にんじん こまつな・はくさい・えのきたけ チンゲンサイ・葉ねぎ・きんかん 西洋かぼちゃ	449kcal 23.1g
21	土	塩焼きそば 南瓜とうす揚げのみそ汁 バナナ	牛乳 ミニクリームパン	豚もも・蒸しかまぼこ・油揚げ 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 普通牛乳	中華めん・ごま油・クリームパン	にんじん・たまねぎ・こまつな・青ピーマン キャベツ・りょくとうもやし・西洋かぼちゃ こねぎ・バナナ	451kcal 20.5g
24	火	みのむしポテト こまつなと厚揚げの炒め 大根とえのきのスープ バイン缶	粉乳 ★メロンパントースト	鶏むね・厚揚げ・鶏卵・木綿豆腐 煮干し・脱脂粉乳	じゃがいも・かたくり粉・大豆油 ごま油・ごま・三温糖・食パン・薄力粉 ソイレブル	あおのり・こまつな・にんじん・たまねぎ えのきたけ・トウモロコシ・大根 バインアップル缶詰	470kcal 27.2g
25	水	魚の西京焼き さっぱり酢の物 ミニトマト もずくと豆腐のスープ りんごゼリー	粉乳 ★人参ケーキ	まだい・麦みそ・鶏卵・ボンレスハム しらす干し・木綿豆腐・煮干し 脱脂粉乳・カル鉄牛乳	三温糖・緑豆はるさめ・大豆油・ごま ごま油・すりおろしりんごゼリー ホットケーキミックス・ソイレブル	りょくとうもやし・キャベツ・にんじん ミニトマト・おきなわもずく・エリンギ さやえんどう	453kcal 26.8g
26	木	肉味噌スパゲッティ 南瓜と白菜の味噌汁 バナナ	ヤクルト ★スノーボールクッキー	豚ひき肉・麦みそ・油揚げ・煮干し	スパゲッティ・水・車糖 かたくり粉・ヤクルト・薄力粉 アーモンド・大豆油・粉糖	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし グリーンピース・西洋かぼちゃ・はくさい ぶなしめじ・葉ねぎ・バナナ	475kcal 16.8g
27	金	和風おろしハンバーグ 三色ナムル ミニトマト ミネストローネスープ キウイフルーツ	粉乳 ★ミックスピザ	豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵・ベーコン 脱脂粉乳・エメンタールチーズ	パン粉・車糖・ごま・ごま油 じゃがいも・マカロニ ピザクラスト	にんじん・たまねぎ・大根・こまつな りょくとうもやし・キャベツ・ミニトマト キウイフルーツ・青ピーマン	459kcal 27.5g
28	土	豚汁 春巻き オレンジ	牛乳 塩パン	豚もも・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 普通牛乳	じゃがいも・大豆油・春巻き 塩パン	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼう りょくとうもやし・バレンシアオレンジ	449kcal 21.6g

＜おしらせ＞
18日（水）～お別れ遠足・・・おかず付きお弁当を持たせてください。おやつは園で準備します。
19日（木）～お誕生会・・・たんぽぽさんは、お米0.5合持たせてください。
すみれ、ひまわりさんは、おむすびカフェと合わせて1合持たせてください。

※食材などの確認をして、園で初めて口にするものがないようにしてください。

＜クッキング＞
10日（火）～フルーチェ作り（うめ）
13日（金）～おむすびカフェ（すみれ、ひまわり）
17日（火）～カレーパーティー（ナン＆カレー ひまわり）
27日（金）～バリバリピザ（さくら）

