



令和8年2月予定献立表



以上児

日付	2日	3日節分	4日	5日	6日	7日
昼食	鶏肉のうまだれ焼き ほうれん草ゆかり和え (ほうれん草、白菜、人参) 菜の花のみそ汁 (菜の花、玉ねぎ、油揚げ) みかん	恵方巻風 (ごはん、海苔、ツナ、胡瓜、卵) 大根とちくわ煮 (大根、ちくわ、人参、絹ごし) すまし汁 (白菜、わかめ、おつゆ駄) ブルーチェ	白身魚フライ ブロッコリー中華和え (ブロッコリー、もやし、ハム) ワナタンスープ (ワナタン、玉ねぎ、人参、ニラ) ポンカン	ロールパン ハンバーグトマトソース (えのき、しめじ、玉ねぎ) コールスローサラダ (ハム、キャベツ、胡瓜、人参) つぶつぶ豆乳スープ (パセリ、ブロッコリー、玉ねぎ、コーン、ピーマン) バナナ	サバのみそ煮 ごぼうサラダ (ごぼう、人参、コーン) コロコロスープ (グリーンピース、じゃが芋、玉ねぎ、人参) みかん	
午後おやつ	せんべい 牛乳 エネルギー：546kcal脂質：14.8g たんぱく質：19.6g塩分：1.9g	◎かぼちゃマフィン 牛乳 エネルギー：531kcal脂質：8.7g たんぱく質：13.1g塩分：1.8g	◎きなこサブレ 牛乳 エネルギー：576kcal脂質：17.0g たんぱく質：19.2g塩分：1.7g	◎コーンフレークおこし 麦茶 エネルギー：546kcal脂質：21.9g たんぱく質：17.6g塩分：1.9g	◎セサミトースト 麦茶 エネルギー：545kcal脂質：23.1g たんぱく質：18.9g塩分：1.6g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日★地産地消★	14日
昼食	春巻き わかめ胡麻酢和え (わかめ、ツナ、キャベツ) みそ汁 (しいたけ、ほうれん草、油揚げ) ピーチヨーグルト	味噌ラーメン (豚肉、もやし、キャベツ、人参、長ねぎ、コーン) ナムル (チンゲン菜、白菜、人参) シューマイ バナナ	 建国記念の日	ミートボールクリーム煮 (ミートボール、玉ねぎ、人参、グリーンピース) かぼちゃサラダ (かぼちゃ、胡瓜、チーズ) ほうれん草スープ (玉ねぎ、ほうれん草、人参) ポンカン	すき焼き風煮 (豚肉、人参、玉ねぎ、白菜、しいたけ、長ねぎ) 切干大根サラダ (切干大根、ほうれん草) ブロッコリーソテー (ブロッコリー、ウィンナー、キャベツ、ピーマン) いちご	
午後おやつ	◎ミルクマフィン 牛乳 エネルギー：582kcal脂質：22.5g たんぱく質：14.8g塩分：1.9g	◎メロンパントースト 牛乳 エネルギー：541kcal脂質：17.7g たんぱく質：21.0g塩分：1.9g		鉄ウエハース 牛乳 エネルギー：528kcal脂質：19.7g たんぱく質：18.4g塩分：1.9g	◎野菜クッキー 牛乳 エネルギー：588kcal脂質：19.9g たんぱく質：16.8g塩分：1.7g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	タンドリーチキン ささみ中華サラダ (ささみ、チンゲン菜、人参) フライドポテト みかん	味噌カレー (大豆、鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参) ブロッコリーかにかまサラダ (ブロッコリー、カニカマ、コーン) ゼリー	チキンパン粉焼き フレンチサラダ (キャベツ、胡瓜、人参、みかん) わかたまスープ (卵、わかめ、しいたけ、長ねぎ) ポンカン	チンジャオロース (豚肉、ピーマン、たけのこ、人参) ナムル (もやし、人参、胡瓜) 中華スープ (ニラ、豆腐、人参) オレンジ	ミートスパゲティ (ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) マカロニサラダ (マカロニ、人参、キャベツ) コンソメスープ (玉ねぎ、コーン) グレープフルーツ	
午後おやつ	◎ジャムサンド 牛乳 エネルギー：546kcal脂質：19.8g たんぱく質：20.7g塩分：1.1g	◎菜めしおにぎり 麦茶 エネルギー：586kcal脂質：9.5g たんぱく質：15.4g塩分：1.9g	◎マッシュマロサンド 牛乳 エネルギー：530kcal脂質：23.3g たんぱく質：19.8g塩分：1.7g	◎かぼちゃクッキー 麦茶 エネルギー：553kcal脂質：25.4g たんぱく質：14.7g塩分：1.4g	◎豆腐ドーナッツ 牛乳 エネルギー：574kcal脂質：23.6g たんぱく質：22.2g塩分：1.7g	
日付	23日	24日	25日★地産地消★	26日	27日	28日
昼食	 天皇誕生日	ミートボール和風あん ほうれん草胡麻和え (ほうれん草、人参) 里芋のみそ汁 (里芋、油揚げ、わかめ) フルーツヨーグルトクリーム	麻婆豆腐 (鶏肉、ひき肉、大豆ミート、人参、玉ねぎ、ニラ、しいたけ) 白菜おかか和え (白菜、ツナ、人参) 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) いちご	スパニッシュオムレツ (卵、ベーコン、玉ねぎ、じゃが芋、ピーマン) 人参しりしり (人参、ツナ) コンソメスープ (ほうれん草、ウィンナー、玉ねぎ) ゼリー	生姜焼き (豚肉、玉ねぎ) 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、チーズ) 根菜のみそ汁 (ごぼう、えのき、油揚げ、大根、人参) いちご	
午後おやつ		たい焼き 麦茶 エネルギー：524kcal脂質：13.0g たんぱく質：17.9g塩分：1.9g	◎ヨーグルトスコーン 牛乳 エネルギー：576kcal脂質：18.9g たんぱく質：23.1g塩分：1.6g	◎お好み焼き 麦茶 エネルギー：578kcal脂質：17.1g たんぱく質：17.5g塩分：1.9g	おからの実かりんどう 麦茶 エネルギー：552kcal脂質：19.9g たんぱく質：18.2g塩分：1.6g	
日付	～今月の食育～					ごはんいらない日
昼食	2/3 (火) は節分です！すいか組では節分について学び、実際に自分たちで、恵方巻を作ります！楽しみにしててくださいね！ (未満児さんは、海苔の代わりにあおさ粉を使用します。) 今年は、南南東です。南南東を向いて願いを込めながら食べてみましょう！					3日、5日、10日、20日 未満児は毎日主食提供です
午後おやつ						

3歳未満児…エネルギー 448 kcal (467) たんぱく質 15.6g(19.8) 脂質 14.5g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)
 3歳以上児…エネルギー 514kcal (574) たんぱく質 17.1g(24.4) 脂質 18.2g(15.9) 塩分 1.6g(1.5)
 ※ () 内は給与栄養目標量です。栄養価はごはんも含んでいます。

※都合により一部変更する場合があります。