

令和8年2月予定献立表

未満児

日付	2日	3日節分	4日	5日	6日	7日
午前おやつ	りんごジュース	ビスコ 麦茶	ビスケット 麦茶	ゼリー	ヨーグルト	
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 (ごぼう、あおさ粉、ツナ、胡瓜、卵) 大根とちくわ煮 (大根、ちくわ、人参、絹さや) すまし汁 (白菜、わかめ、おつゆ麩) 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) ワンタンスープ (ワンタン、玉ねぎ、人参、ニラ) ボンカン	ロールパン ハンバーグマトソース (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 (ハートコン、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	◎かぼちゃマフィン 牛乳	◎きなこサブレ 牛乳	◎コーンフレークおこし 麦茶	◎セザミトースト 麦茶	
	エネルギー：412kcal 脂質：12.3g たんばく質：15.4g 塩分：0.8g	エネルギー：430kcal 脂質：10.1g たんばく質：11.8g 塩分：1.1g	エネルギー：467kcal 脂質：13.7g たんばく質：15.6g 塩分：1.5g	エネルギー：475kcal 脂質：15.6g たんばく質：12.1g 塩分：1.4g	エネルギー：463kcal 脂質：18.6g たんばく質：16.5g 塩分：1.2g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日★地産地消★	14日
午前おやつ	野菜ジュース	クラッカー 麦茶		りんごジュース	ゼリー	
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、キャベツ、人参、きゅうり、コーン) ナムル (チンゲン菜、白菜、人参) シューマイ バナナ		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) ボンカン	すき焼き風煮 (豚肉、白菜、人参、きゅうり、しいたけ、長ねぎ) 切干大根サラダ (切干大根、ほうれん草) ブロッコリーソーテー (ブロッコリー、ワインナー、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	◎メロンパントースト 牛乳		鉄ウエハース 牛乳	◎野菜クッキー 牛乳	
	エネルギー：497kcal 脂質：18.3g たんばく質：11.5g 塩分：1.3g	エネルギー：424kcal 脂質：14.4g たんばく質：16.0g 塩分：1.5g		エネルギー：482kcal 脂質：15.5g たんばく質：14.1g 塩分：1.7g	エネルギー：486kcal 脂質：17.4g たんばく質：15.1g 塩分：0.6g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
午前おやつ	ショア	野菜ジュース	ビスコ 麦茶	りんごジュース	ゼリー	
昼食	タンンドリーチキン 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) わかたまたスープ 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) わかたまたスープ (卵、わかめ、しいたけ、長ねぎ) ボンカン	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) コーンスープ (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	◎菜めしおにぎり 麦茶	◎マシュマロサンド 牛乳	◎かぼちゃクッキー 麦茶	◎豆腐ドーナツ 牛乳	
	エネルギー：444kcal 脂質：13.5g たんばく質：19.4g 塩分：0.6g	エネルギー：494kcal 脂質：6.6g たんばく質：12.1g 塩分：1.6g	エネルギー：454kcal 脂質：20.3g たんばく質：16.2g 塩分：1.1g	エネルギー：481kcal 脂質：19.8g たんばく質：11.3g 塩分：1.1g	エネルギー：495kcal 脂質：18.1g たんばく質：17.4g 塩分：1.0g	
日付	23日	24日	25日★地産地消★	26日	27日	28日
午前おやつ		野菜ジュース	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	ショア	
昼食		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 (豚肉、豆苗、人参、きゅうり、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、ワインナー) いちご	スパニッシュオムレツ (卵、ハートコン、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、ワインナー、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	◎ヨーグルトスコーン 牛乳	◎お好み焼き 麦茶	おからの実かりんとう 麦茶	
		エネルギー：464kcal 脂質：10.0g たんばく質：13.4g 塩分：1.2g	エネルギー：461kcal 脂質：15.1g たんばく質：19.0g 塩分：1.0g	エネルギー：461kcal 脂質：13.1g たんばく質：14.8g 塩分：1.4g	エネルギー：489kcal 脂質：15.9g たんばく質：19.2g 塩分：1.3g	
日付						
昼食		～今月の食育～ 2/3 (火) は節分です。小さ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！ 楽しみにしていてくださいね。 (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！				ごはんいらない日 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) たんばく質 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) たんばく質 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。栄養価にごはんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。

令和8年2月予定献立表

いちご組

日付	2日	3日節分	4日	5日	6日	7日
午前おやつ	りんごジュース	ビスコ 麦茶	ビスケット 麦茶	ゼリー	ヨーグルト	
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、あおさ粉、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) 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) ワンドンスープ (ワンドン、玉ねぎ、人参、ニラ) ボンカン	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) コーンスローサラダ (ハム、キャベツ、胡瓜、人参) つぶつぶ豆乳スープ (ハーフ、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	◎かぼちゃマフィン 牛乳	◎きなごサブレ 牛乳	◎コーンフレークおこし 麦茶	◎セサミトースト 麦茶	
	エネルギー: 412kcal 脂質: 12.3g たんぱく質: 15.4g 塩分: 0.8g	エネルギー: 430kcal 脂質: 10.1g たんぱく質: 11.8g 塩分: 1.1g	エネルギー: 467kcal 脂質: 13.7g たんぱく質: 15.6g 塩分: 1.5g	エネルギー: 475kcal 脂質: 15.6g たんぱく質: 12.1g 塩分: 1.4g	エネルギー: 463kcal 脂質: 18.6g たんぱく質: 16.5g 塩分: 1.2g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日★地産地消★	14日
午前おやつ	野菜ジュース	クラッカー 麦茶		りんごジュース	ゼリー	
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		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) ボンカン 鉄ウエハース 牛乳	すき焼き風煮 (豚肉、人参、玉ねぎ、しいたけ、長ねぎ) 切干大根サラダ (切干大根、ほうれん草) ブロッコリーソー (ブロッコリー、ウインナー、キャベツ、ピーマン) いちご ◎野菜クッキー 牛乳	
午後おやつ	◎ミルクマフィン 牛乳	◎メロンパントースト 牛乳		エネルギー: 462kcal 脂質: 15.5g たんぱく質: 14.1g 塩分: 1.7g	エネルギー: 486kcal 脂質: 17.4g たんぱく質: 15.1g 塩分: 0.6g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
午前おやつ	ジョア	野菜ジュース	ビスコ 麦茶	りんごジュース	ゼリー	
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) わかたまたまスープ 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) わかたまたまスープ (卵、わかめ、しいたけ、長ねぎ) ボンカン	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) コーンスープ (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	◎菜めしおにぎり 麦茶	◎マッシュマロサンド 牛乳	◎かぼちゃクッキー 麦茶	◎豆腐ドーナツ 牛乳	
	エネルギー: 444kcal 脂質: 13.5g たんぱく質: 19.4g 塩分: 0.6g	エネルギー: 494kcal 脂質: 6.6g たんぱく質: 12.1g 塩分: 1.6g	エネルギー: 454kcal 脂質: 20.3g たんぱく質: 16.2g 塩分: 1.1g	エネルギー: 481kcal 脂質: 19.8g たんぱく質: 11.3g 塩分: 1.1g	エネルギー: 495kcal 脂質: 18.1g たんぱく質: 17.4g 塩分: 1.0g	
日付	23日	24日	25日★地産地消★	26日	27日	28日
午前おやつ	野菜ジュース	野菜ジュース	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	ジョア	
昼食		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 (豚肉、豆腐、水浸しエビ、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、ウインナー) 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、ウインナー、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	◎ヨーグルトスコーン 牛乳	◎お好み焼き 麦茶	ビスケット 麦茶	
		エネルギー: 464kcal 脂質: 10.0g たんぱく質: 13.4g 塩分: 1.2g	エネルギー: 466kcal 脂質: 15.1g たんぱく質: 19.0g 塩分: 1.0g	エネルギー: 461kcal 脂質: 13.1g たんぱく質: 14.8g 塩分: 1.4g	エネルギー: 489kcal 脂質: 15.9g たんぱく質: 19.2g 塩分: 1.3g	
日付						
昼食		～今月の食育～ 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！ 楽しみにしていてくださいね♪ (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！				ごはんいらない日 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 448kcal (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。栄養価にごはんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。