

2月献立予定表

2026年

しんあい保育園(一般)

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ																
				きいろ: 熱と力になるもの	あか: 血や肉や骨になるもの	みどり: 体の調子を整えるもの						きいろ: 熱と力になるもの	あか: 血や肉や骨になるもの	みどり: 体の調子を整えるもの																	
2	月	ごはん ■八宝菜 春雨サラダ ■豆腐スープ	牛乳 あげばん(きな粉)	米、■ロールパン、はるさめ、片栗粉、油、砂糖、ごま油、ごま	牛乳、豚肉(肩ロース)、■絹ごし豆腐、★なると、きな粉	キャベツ、キウイフルーツ、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、たけのこ(ゆで)、しいたけ、いんげん、コーン缶	牛乳	17	火	ごはん バナナ 鶏の照焼き 切干大根煮 みそ汁	ジュース ビスコ(防災食)	米、じゃがいも、砂糖	鶏もも肉、みそ、■油揚げ	飲む野菜と果実(ピーチ)、バナナ、ほうれんそう、にんじん、切り干しだいこん、しいたけ	牛乳																
3	火	■おにさん大豆カレーライス れんこんサラダ ミニゼリー	牛乳 ■おにプリン(卵不使用)	米、★卵不使用マヨネーズ、すりごま、砂糖	牛乳、豚ひき肉、■だいす水煮、■ホイップクリーム、ヨーグルト(無糖)、焼きのり、ひ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、れんこん、いちご、ピーマン	牛乳	18	水	ごはん 千草焼き ブロッコリーおからあえ 鶏汁	牛乳 ■カレーピラフ	米、油、砂糖	牛乳、◎卵、■絹ごし豆腐、鶏もも肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、★なると、かつお節	オレンジ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう、ごぼう、しいたけ、葉ねぎ、グリーンピース	牛乳																
4	水	ごはん オレンジ 鶏肉のバーベキューソース ブチヴェールの中華和え けんちんみそ汁	牛乳 アメリカンドッグボール	米、■ホットケーキ粉、油、ごま油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、■絹ごし豆腐、★ウインナー、みそ	オレンジ、ブチヴェール、だいこん、にんじん、ごぼう、たまねぎ、りんご、葉ねぎ、にんにく	牛乳	19	木	ごはん すき焼き風煮物 ポテトサラダ みそ汁	牛乳 かりんとうろToast	米、じゃがいも、食パン、バター、★卵不使用マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、■焼き豆腐、みそ、■油揚げ、生わかめ	たまねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、しらたき、ねぎ、しゅんぎく、しいたけ、コーン缶	牛乳																
5	木	ごはん バナナ 金目鯛煮つけ ■納豆和え みそ汁	牛乳 きつねおにぎり	米、砂糖	牛乳、きんめだい、■油揚げ、■挽きわり納豆、みそ、生わかめ、かつお節	バナナ、ほうれんそう、はくさい、だいこん、にんじん、しょうが	牛乳	20	金	ごはん キウイフルーツ 鱈の和風フライ 磯香浸し みそ汁	■にゅうめん	米、干ししょうめい、★パン粉、油、小麦粉、ごま	さわら、■絹ごし豆腐、鶏もも肉、みそ、◎卵、焼きのり	キウイフルーツ、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ、にんじん、しょうが	牛乳																
6	金	■かき揚げ丼 ごま酢和え すまし汁 はるみみかん	牛乳 ■焼きそば	米、■★焼きそばめん、小麦粉、油、砂糖、片栗粉、すりごま、★焼心	牛乳、豚肉(肩)、しらす干し、■ツナ油漬	はるみみかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、なばな、葉ねぎ、しいたけ	牛乳	21	土	■麻婆豆腐丼 ■わかめスープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、■絹ごし豆腐、豚ひき肉、赤みそ、生わかめ	バナナ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶、しいたけ、しょうが、にんにく	牛乳																
7	土	豚肉丼 みそ汁 バナナ	牛乳 ■ビスケット	米、油、砂糖、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース)、みそ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、だいこん、ごまつな、にんじん、しいたけ、にら、にんにく	牛乳	23	月	 <h2 style="margin: 0;">天皇誕生日</h2>																					
9	月	食パン ■チキンのトマト煮 ブロッコリーとコーンのサラダ ヨーグルト	牛乳 わかめおにぎり	食パン、米、バター、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト(明治)、鶏もも肉、炊き込みわかめ	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、トマト、セロリー、コーン缶	牛乳	24	火	ごはん オレンジ タンドリーチキン マカロニサラダ ■カリフラワーのスープ	牛乳 ■お好み焼き	米、小麦粉、やまといも、★卵不使用マヨネーズ、マカロニ、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、◎卵、豚ひき肉、ヨーグルト(無糖)、★ウインナー、あおのり	オレンジ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、カリフラワー、コーン缶	牛乳																
10	火	ごはん キウイフルーツ ひじき入り肉団子 大根の煮物 みそ汁	牛乳 ■肉まん	米、片栗粉、ごま、砂糖	牛乳、豚ひき肉、★さつま揚げ、みそ、■油揚げ、生わかめ、ひじき、こんぶ(煮物用)	だいこん、キウイフルーツ、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが	牛乳	25	水	大根ごはん バナナ 豆腐のチーズ団子 お浸し みそ汁	牛乳 フレンチトースト	米、食パン、じゃがいも、油、片栗粉、砂糖	牛乳、■木綿豆腐、◎卵、チーズ、■ツナ油漬、みそ、■油揚げ、かつお節	バナナ、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、だいこん(葉)、葉ねぎ	牛乳																
11	水	 <h2 style="margin: 0;">建国記念の日</h2>						牛乳	26	木	☆園長イチオシ☆ 肉みそうどん ひじきサラダ たまごスープ	サイダーかん(いちご)	牛乳 おからおにぎり	ゆでうどん、米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、豚ひき肉、◎卵、■ツナ油漬、赤みそ、かつお節、ひじき	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、しいたけ、なばな、コーン缶、葉ねぎ、しょうが	牛乳														
12	木	ごはん バナナ ■酢鶏 小松菜のナムル ■こらたまスープ	牛乳 ジャムサンド	米、■ロールパン、ブルーベリージャム、油、砂糖、片栗粉、ごま	牛乳、鶏もも肉、◎卵	バナナ、ごまつな、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、しいたけ、ピーマン、にら、しょうが	牛乳	27	金	ごはん ほんかん さばのみそ煮 きんぴらごぼう すまし汁	牛乳 ビスコ(防災食)	米、砂糖、油	牛乳、さば、■絹ごし豆腐、みそ	ほんかん、ごぼう、ほうれんそう、にんじん、しらたき、しょうが	牛乳																
13	金	ごはん ほんかん 鮭のパン粉焼き うの花煮 豚汁	牛乳 ココアバナナケーキ	米、さといも、■ホットケーキ粉、無塩バター、★卵不使用マヨネーズ、砂糖、★パン	牛乳、さけ、■おから、豚肉(肩ロース)、鶏ひき肉、みそ	ほんかん、バナナ、だいこん、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、ごぼう	牛乳	28	土	親子丼 みそ汁 バナナ	牛乳 ■せんべい	米、砂糖、★焼心	牛乳、◎卵、鶏もも肉、みそ	バナナ、たまねぎ、ごまつな、にんじん、グリーンピース(冷凍)	牛乳																
14	土	■ハヤシライス ■キャベツのスープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリー、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	牛乳	献立は、発注・仕入れにより、変更となる場合があります。ご了承ください。 今月はいちご組の希望を入れました♥																							
16	月	☆いちご組お楽しみ献立☆ みそ汁 ごはん はるみみかん ■煮込みハンバーグ 三色ごま和え	牛乳 麩のラスク	米、無塩バター、★焼心、★パン粉、砂糖、バター、すりごま、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、■絹ごし豆腐、みそ、生わかめ	はるみみかん、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、キャベツ、葉ねぎ	牛乳	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td rowspan="4" style="text-align: center;">1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)</td> <td>エネルギー</td> <td style="text-align: center;">524 kcal</td> <td>鉄</td> <td style="text-align: center;">2.1 mg</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td style="text-align: center;">21.1 g</td> <td>カルシウム</td> <td style="text-align: center;">230 mg</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td style="text-align: center;">17.1 g</td> <td>ビタミンC</td> <td style="text-align: center;">38 mg</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td style="text-align: center;">1.9 g</td> <td>食物繊維</td> <td style="text-align: center;">4.1 g</td> </tr> </table>							1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	524 kcal	鉄	2.1 mg	たんぱく質	21.1 g	カルシウム	230 mg	脂質	17.1 g	ビタミンC	38 mg	塩分	1.9 g	食物繊維	4.1 g
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	524 kcal	鉄	2.1 mg																											
	たんぱく質	21.1 g	カルシウム	230 mg																											
	脂質	17.1 g	ビタミンC	38 mg																											
	塩分	1.9 g	食物繊維	4.1 g																											

◎は卵と卵を使用した加工食品です。
 ★は乳・卵不使用の食品です。
 ■は大豆成分含有の献立です。(醤油・味噌・大豆油除く)

※家庭で食べ物による体調不良が疑われた場合は給食で提供されない食べ物でも、必ず園に伝えるようにお願いします。