



令和8年2月献立表

浜大津保育園

日(曜日)		午前間食	昼食	午後間食	食品名		
					からだをつくる【あか】	力や体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】
2	月	牛乳 チーズ	ごはん きのこの卵焼き ごぼうサラダ 豚汁	牛乳 白玉あんこパン(年少おにぎり)	鶏卵 ワインソーセージ ぶたばらみそ 削り節 こしあん プロセスチーズ	精白米 マヨネーズ 無塩バター 三温糖 いりごま わにごま 生いも板こんにゃく さといも 調合油 白玉粉	えのきだけ 生しいたけ たまねぎ エリンギ 青ねぎ にんじん ごぼう きゅうり 冷凍コーン はくさい だいこん まこんぶ
3	火	牛乳 りんご	彩り巻きずし 肉じゃが お吸い物(豆腐、えのき、わかめ、豆苗)	牛乳 揚げ大豆 小魚	まぐろ油漬缶詰 牛もも(赤身) 削り節 絹ごし豆腐 小魚 乾燥大豆	精白米 じゃがいも 三温糖 しらたき 調合油	にんじん きゅうり 焼きのり 乾しいたけ たまねぎ さやいんげん 青ねぎ ながこんぶ 乾わかめ はくさい
4	水	牛乳 せんべい	お弁当の日	牛乳 せんべい			
5	木	牛乳 ビスケット	わかめごはん チキンカツ じゃこと小松菜の酢の物 みそ汁(豆腐、なす、えのき、白菜)	牛乳 ベイクドチーズケーキ	若鶏むね(皮なし) 鶏卵 普通牛乳 しらす干し 絹ごし豆腐 みそ 削り節 鶏卵 クリームチーズ 生クリーム	精白米 パン粉 薄力粉 調合油 三温糖 いりごま	にんじん こまつな きゅうり えのきだけ はくさい なす まこんぶ レモン汁 カットわかめ
6	金	牛乳 きゅうり	麦ごはん カレイの塩こうじ焼き じゃがいもとピーマンのきんぴら 豆乳みそ汁(薄揚げ、麸、水菜、玉葱) オレンジ	牛乳 ポップコーン チーズ(年長)	まがれい 焼き竹輪 薄揚げ みそ 削り節 調整豆乳 プロセスチーズ(年長)	精白米 おおむぎ じゃがいも いりごま 三温糖 ごま油 調合油 生いも板こんにゃく 車麩	にんじん ピーマン たまねぎ みずな まこんぶ オレンジ
7	土	お茶 せんべい	玉子チャーハン 中華スープ	お茶 せんべい ゼリー	鶏卵 鶏ミンチ	精白米	玉葱 人參 青ねぎ ながこんぶ 冷凍コーン
9	月	牛乳 オレンジ	ごはん 鯖の塩焼き(年少は鰯) 青菜とオクラの納豆和え みそ汁(生揚げ、玉葱、レタス、えのき)	牛乳 シュガークッキー	さば さわら 納豆 かつお節 しらす干し 絹揚げ みそ 削り節 鶏卵	精白米 いりごま 薄力粉 無塩バター 三温糖 グラニュー糖	こまつな にんじん オクラ きゅうり ほうれんそう レタス えのきだけ たまねぎ まこんぶ オレンジ
10	火	牛乳 蒸しサツマイモ	ごはん ナスと厚揚げのみぞれ煮 春雨のマヨネーズ和え みそ汁(麸、なめこ、玉葱、ねぎ)	牛乳 ホットドッグ(ワインナー・キャベツ)	絹揚げ ぶたかたロース(赤肉) まぐろ油漬缶詰 みそ 削り節 ワインソーセージ	精白米 三温糖 はるさめ ごま油 マヨネーズ 車ふ さつまいも ロールパン	なす にんじん だいこん 青ピーマン きゅうり 冷凍コーン キャベツ ゆでなめこ 青ねぎ たまねぎ まこんぶ キャベツ ケチャップ
12	木	牛乳 ウエハース	ハヤシライス 蓮根の梅マヨぽんサラダ オレンジ	牛乳 大学芋	牛もも(赤肉) 焼き竹輪 かつお節	精白米 いりごま マヨネーズ 三温糖 さつまいも 調合油	たまねぎ にんじん なす ぶなしめじ れんこん 梅干し 乾ひじき きゅうり オレンジ
13	金	牛乳 トマト	鶏の炊き込みごはん 肉じゃが けんちん汁	牛乳 りんごのパン	若鶏もも皮なし 削り節 薄揚げ 牛もも(赤肉) 普通牛乳	精白米 生いも板こんにゃく じゃがいも しらたき 三温糖 調合油 さといも 強力粉 無塩バター	にんじん ごぼう 生しいたけ たまねぎ さやいんげん 青ねぎ はくさい だいこん まこんぶ トマト りんご レモン汁
16	月	牛乳 せんべい	ごはん ししゃもの磯辯揚げ(年少は鰯) 揚げと小松菜の煮びたし みそ汁(キャベツなす、玉葱、わかめ)	牛乳 おはぎ 昆布	ししゃも生干し さわら 薄揚げ 削り節 みそ かつお節 甘納豆 きな粉	精白米 調合油 薄力粉 片栗粉 もち米	あおのり こまつな にんじん はくさい キャベツ たまねぎ 乾わかめ なす まこんぶ
17	火	牛乳 蒸しプロッコリー	ごはん 鶏のタルタル焼き 竹輪のポン酢和え スープ(しめじ、法蓮草、人参、玉葱) オレンジ	牛乳 のり塩チーズ揚げいも餅	若鶏もも皮なし 鶏卵 焼き竹輪 プロセスチーズ	精白米 三温糖 マヨネーズ いりごま 片栗粉 調合油 じゃがいも	にんじん たまねぎ バセリ きゅうり キャベツ 乾わかめ ほうれんそう ぶなしめじ オレンジ プロッコリー 青のり
18	水	牛乳 はっさく	ごはん 豚の生姜焼き 枝豆ヒンキの白和え みそ汁(麸、薄揚げ、しめじ、白菜)	牛乳 サツマイモの蒸しパン 小魚	ぶたばら 絹ごし豆腐 かつお節 薄揚げ みそ 削り節 普通牛乳 小魚	精白米 三温糖 しらたき いりごま 車ふ ホットケーキミックス さつまいも 調合油	たまねぎ にんじん 青ピーマン しょうが えだまめ 乾ひじき きゅうり はくさい ぶなしめじ まこんぶ はっさく
19	木	牛乳 りんご	じゃこごまごはん おでん プロッコリーのおかか和え みそ汁(豆腐、えのき、法蓮草、玉葱)	牛乳 ピザ	しらす干し 絹揚げ 焼き竹輪 削り節 かつお節 みそ 絹ごし豆腐 プロセスチーズ	精白米 三温糖 いりごま 板こんにゃく 赤こんにゃく 強力粉 薄力粉 オリーブオイル	だいこん まこんぶ プロッコリー にんじん ぶなしめじ えのきだけ 乾わかめ たまねぎ りんご ダイストマト カットわかめ

日(曜日)	午前間食	昼食	午後間食	食品名		
				からだをつくる【あか】	力や体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】
20 金	牛乳 蒸しサツマイモ	ひき肉のカレー スパゲティーサラダ りんご	牛乳 大豆入りお好み焼き	ぶたひき肉 ロースハム 鶏卵 かつお節 削り節 大豆 豚バラ肉	じゃがいも 精白米 調合油 マカロニ・スパゲティ マヨネーズ ながいも さつまいも じゃがいも	たまねぎ にんじん 青ピーマン にんにくなす ごぼう きゅうり キャベツ 冷凍コーン りんご きゅべつ 青ねぎ あおのり
21 土	お茶 せんべい	焼きそば りんご	お茶 せんべい	ぶたばら かつお節	中華めん 調合油	にんじん 青ピーマン キャベツ あおのり りんご
24 火	牛乳 チーズ	ごはん 鶏の塩唐揚げ 春雨の酢の物 みそ汁(豆腐、なす、えのき、白菜)	牛乳 ふどうゼリー チーズ(年長)	若鶏もも皮なし かにかまぼこ 鶏卵 絹ごし豆腐 みそ 削り節 プロセスチーズ	精白米 片栗粉 調合油 はるさめ 三温糖	にんじん きゅうり キャベツ 乾わかめ えのきだけ はくさい なす まこんぶ ぶどうジュース みかん缶 もも缶
25 水	牛乳 粉ふき芋	ゆかりごはん 千草豆腐 もやしのゴマ和え みそ汁(麺、薄揚げ、もずく、白菜)	牛乳 いちごジャムのスコーン	鶏卵 削り節 かにかまぼこ 絹ごし豆腐 牛ひき肉 ぶたひき肉 かつお節 まぐろ油漬缶詰 薄揚げ みそ 普通牛乳 生クリーム	精白米 三温糖 ごま油 いりごま 車ふ じゃがいも 薄力粉 無塩バター	カットわかめ 乾ひじき にんじん こまつな 生しいたけ りょくとうもやし はくさい もずく まこんぶ いちごジャム
26 木	牛乳 胡瓜ステック	麦ごはん 鰯のつけ焼き ピーンズサラダ 青菜と揚げのにゅうめん いちご	牛乳 あずきのパンケーキ するめ	さわら 大豆 焼き豚 薄揚げ 蒸しかまぼこ 削り節 調整豆乳 鶏卵 粒あん 絹ごし豆腐 するめ	精白米 おおむぎ 三温糖 マヨネーズ 調合油 手延そうめん ホットケーキミックス	しょうが きゅうり にんじん れんこん ほうれんそう いちご 昆布
27 金	牛乳 せんべい	ごはん ハンバーグ 付け合わせ(トマト、レタス、きゅうり) みそ汁(豆腐、人参、法蓮草、えのき)	牛乳 鮭おにぎり 昆布	牛ひき肉 ぶたひき肉 木綿豆腐 鶏卵 みそ 絹ごし豆腐 削り節 さけ かつお節	精白米 パン粉 マヨネーズ	たまねぎ トマトケチャップ にんじん ぶなしめじ トマト きゅうり レタス ほうれんそう まこんぶ えのき
28 土	お茶 せんべい	親子丼 みそ汁(小松菜、玉葱、もやし、えのき)	お茶 せんべい	若鶏もも皮なし 鶏卵 削り節 みそ	精白米 三温糖	たまねぎ にんじん ぶなしめじ こまつな りょくとうもやし えのきだけ まこんぶ

※都合により献立が変更になることがあります。

(一日平均栄養価)

※土曜日を抜いた平日の平均です。

栄養価	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
1・2歳児目標値	506	20.9	14.1	1.5
1・2歳	523	21.9	18.2	1.4
3歳児目標値	591	24.4	16.4	1.6
3歳以上児	571	23.6	18.8	1.6

~~~おたのしみ~~~

9日(月) クッキー屋さん

~~~お手伝い~~~

2日(月) ぶどう組
3日(火) みかん組
17日(火) りんご組

だいこん切り(包丁)
こんにゃくちぎり
じゃがいもの皮む



~~~めろんクッキング~~~

19日(木) ピザ作り

~~~もぐもぐタイム(旬を味わう)~~~

24日(火) いろんな種類のみかんを食べよう

