

令和8年2月幼児食献立表




miraiと〜ぶこども園

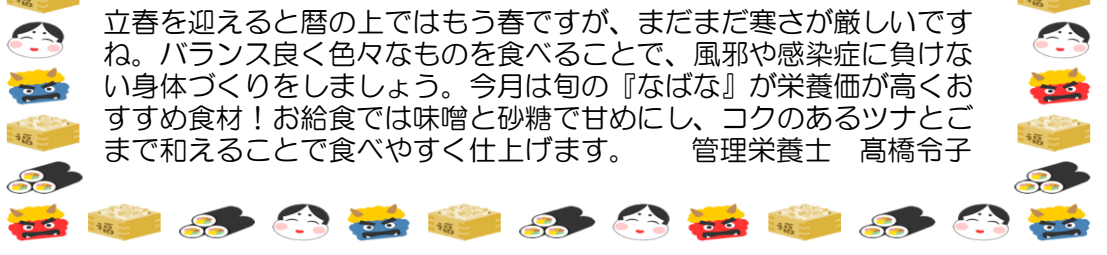
日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
02月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 かじぎの竜田揚げ 切干大根の中華和え	米 じゃがいも、わかめ 片栗粉、サラダ油、砂糖 砂糖、ごま油	米みそ かじぎ	たまねぎ にんじん、きゅうり、切り干しだいこん	だし汁 しょうゆ、酒、おろししょうが 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ココアバナナ蒸しパン	ホットケーキミックス、砂糖、サラダ油	牛乳 豆乳	ココア、バナナ	
03火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	手巻きすし（幼児クラス） ちらし寿司（乳児クラス） 豆腐すまし汁 フルーツ	米、マヨドレ サラダ油、砂糖、米 焼麴	ウインナー、ツナ缶、かに風味かまぼこ、棒チーズ 卵、ツナ缶、油揚げ 木綿豆腐	きゅうり、のり 刻みのり、にんじん、きゅうり こまつな みかん	すし酢、しょうゆ すし酢、みりん、だし汁、食塩、しょうゆ だし汁、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	飲むヨーグルト 菓子	せんべい	アシドミルク		
04水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 のりのりみそ汁 さばの塩焼き 4つのおやさい入りきんぴら	米 フライドポテト、砂糖、ごま油	米みそ、油揚げ さば 鶏ひき肉、白ごま	はくさい、刻みのり にんじん、ごぼう、ピーマン	だし汁 食塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 香ばしエビ大根餅	上新粉、片栗粉、サラダ油、ごま油、砂糖	牛乳 干しえび	だいこん、ねぎ	ポン酢
05木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 豆腐シチュー レバーのごまソースからめ ゆでブロッコリー	米 米粉 サラダ油、砂糖、片栗粉	豆乳、豆腐 豚レバー、白ごま	クリームコーン、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきだけ ブロッコリー	ブイヨン、食塩 ケチャップ、ソース、酒、しょうゆ、おろししょうが 食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
06金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	中華丼 もやしとわかめのナムル フルーツ	米、ごま油、片栗粉 ごま油、わかめ	豚肉 かにかまぼこ	はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ水煮、きくらげ もやし、きゅうり みかん	しょうゆ、鶏ガラスープ系、食塩、おろししょうが、おろしにんにく しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 抹茶マーブルクッキー	小麦粉、粉糖、サラダ油	牛乳 バター、牛乳		
07土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ぎつね丼 フルーツ	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	鶏ひき肉、油揚げ	たまねぎ、にんじん、ごぼう、しめじ りんご	しょうゆ、酒、みりん、食塩、だし汁
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		
09月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン 洋風卵スープ シチューハンバーグ フルーツ	食パン 片栗粉 片栗粉、パン粉、砂糖	卵 豚ひき肉、木綿豆腐	ちんげん菜、エリンギ たまねぎ、カリフラワー、にんじん、マッシュルーム バナナ	ブイヨン、食塩 ケチャップ、ソース、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 アップルチーズケーキ	ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 クリームチーズ、牛乳、バター	りんごジャム、りんご	
10火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ミートスパゲティ さっぱりコールスロー フルーツカクテル	スパゲティ、砂糖、片栗粉、サラダ油 砂糖、オリーブオイル	豚ひき肉、鶏ひき肉、牛ひき肉 ツナ缶	にんじん、たまねぎ、ダイストマト缶、野菜ジュース、ブロッコリー、エリンギ、セロリー キャベツ、コーン もも、パイナップル	ケチャップ、食塩、おろしにんにく 酢、食塩
	午後おやつ	牛乳 鮭おむすび	米	牛乳 白ごま、鮭		食塩
12木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 鶏の海苔焼き 小松菜のツナ浸し	米 片栗粉、サラダ油、砂糖	米みそ、油揚げ 鶏肉 ツナ水煮	だいこん、なめこ 刻みのり こまつな、キャベツ	だし汁 しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが、食塩 白だし
	午後おやつ	牛乳 バナナカステラ	バナナカステラ	牛乳		
13金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 豆腐と青菜のトロみ汁 さわらの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮	米 片栗粉 砂糖 砂糖、片栗粉	豆腐 さわら 鶏ひき肉	ほうれんそう、しめじ かぼちゃ、にんじん	だし汁、食塩、しょうゆ しょうゆ、みりん、酒 だし汁、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 焼きココアチュロス	ホットケーキミックス、粉糖、サラダ油	牛乳 牛乳、卵、バター	純ココア	
14土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	肉みそうどん スティックチーズ	うどん、砂糖、片栗粉、サラダ油	豚ひき肉、みそ 棒チーズ	たまねぎ、にんじん、しいたけ	酒
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		

令和8年2月幼児食献立表

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
16月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	三色そばろ丼 みそ汁 ベイクドじゃが	米、砂糖、片栗粉、ごま油 わかめ じゃがいも、サラダ油	牛乳 鶏ひき肉、凍り豆腐 米みそ	ほうれんそう、にんじん たまねぎ、キャベツ	だし汁、しょうゆ、酒、おろししょうが だし汁 食塩、パセリ粉
	午後おやつ	牛乳 くろすけおむすび	米	牛乳 しらす干し、黒ごま、かつお節	刻みのり	しょうゆ
17火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 かぼちゃのクリームシチュー ブロッコリーカレーマヨサラダ	米 サラダ油 マヨドレ	牛乳、鶏肉、クリームシチュー素 ハム	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん ブロッコリー、コーン	カレー粉、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
18水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 さばのりんごソースかけ つやつやお肌！なばなのごみそあえ	米 さといも、わかめ 片栗粉、サラダ油、砂糖 砂糖	米みそ さば ツナ缶、米みそ、すり白ごま	たまねぎ たまねぎ、りんご キャベツ、なばな、コーン	だし汁 しょうゆ、酒、酢、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 フレンチトースト	グラニュー糖、食パン	牛乳 牛乳、卵、バター		
19木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 カレー肉じゃが フルーツ	米 じゃがいも、砂糖、サラダ油	木綿豆腐、米みそ 豚肉	えのきたけ、ねぎ たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ、みりん、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
20金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 大きなあれ♪おさかなふりかけ わかめスープ 豆腐と卵のそばろ煮	米 ごま油 わかめ サラダ油、片栗粉、砂糖	さば 木綿豆腐、卵、豚ひき肉	切り干しだいこん、あおのり もやし、コーン、ねぎ こまつな、たまねぎ、にんじん	白だし、みりん 鶏ガラスープ素、食塩 だし汁、しょうゆ、酒、食塩、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ミニアメリカンドッグ	ホットケーキミックス、サラダ油	牛乳 豆乳、ウインナー		ケチャップ
21土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	カレーピラフ フルーツ	米、サラダ油	ツナ缶	たまねぎ、ピーマン、にんじん キウイフルーツ	ブイヨン、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		
24火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	けんちゃんうどん カミカミちくわのごま炒め ゼリーカクテル	うどん、さといも サラダ油 ゼリー	鶏肉 ちくわ、白ごま	だいこん、にんじん、ねぎ ごぼう みかん、キウイフルーツ	だし汁、しょうゆ、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 ひじきチャーハン	米、ごま油	牛乳 豚ひき肉	にんじん、ひじき	しょうゆ、みりん
25水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 鮭のマヨポン焼き 野菜のゆかり和え	米 焼麩 マヨドレ	木綿豆腐、みそ、油揚げ 鮭	 ほうれんそう、はくさい、にんじん	だし汁 ボン酢、酒、食塩 しょうゆ、ゆかり
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、サラダ油	牛乳		食塩
26木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン あったか根菜コーンスープ れんこんミートローフ 蒸し野菜のレモンサラダ	デニッシュブレッド さつまいも、片栗粉 片栗粉、サラダ油 オリーブオイル、砂糖	豆乳 牛ひき肉、豚ひき肉	かぶ、クリームコーン れんこん、たまねぎ キャベツ、ブロッコリー、にんじん、レモン果汁	ブイヨン、食塩 ケチャップ、食塩 食塩
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃプリン		牛乳 牛乳	かぼちゃ	
27金	昼食	ポークカレー さっぱりサラダ ヨーグルト	米、じゃがいも、サラダ油 砂糖、オリーブオイル	豚肉 コアコアぶどう	たまねぎ、にんじん、りんごジャム キャベツ、にんじん、カリフラワー	カレールウ 酢、食塩、こしょう
	午後おやつ	ジュース 誕生日ケーキ	コーンフレーク、ロールちゃん	ホイップクリーム	ぶどうジュース	
28土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	マーボー豆腐丼 フルーツ	米、片栗粉、ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ	ねぎ もも	しょうゆ、酒、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー	牛乳		

☆ 午前おやつは、乳児クラスのための提供になります。
☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。


立春を迎えると暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒さが厳しいですね。バランス良く色々なものを食べることで、風邪や感染症に負けない身体づくりをしましょう。今月は旬の『なばな』が栄養価が高くおすすめです食材！お給食では味噌と砂糖で甘めにし、コクのあるツナとごまで和えることで食べやすく仕上げます。 管理栄養士 高橋 令子



組 氏名