

献 立 表

令和8年2月

日 曜	時間帯	献立	熱とからになるもの (きいろいおどもだら)	丈夫な体をつくるもの (あかいのにおどもだら)	体の調子を整えるもの (みどりいのにおどもだら)	その他 (調味料)
2 月	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	ごはん 肉じゃが たたきさゆうりの和え物 切り干し大根の味噌汁	胚芽米 じゃがいも、しらたき、砂糖、油 三温糖、ごま油 味噌、油揚げ	豚肉	玉ねぎ、人参、グリンピース さゆうり、人参、えのさだけ 玉ねぎ、万能ねぎ、切り干し大根 だし汁	だし汁、醤油、酒、みりん 酢、醤油 だし汁
	午後おやつ	揚げパン 牛乳	コッペパン、グラニュー糖、油 牛乳			
3 火	午前おやつ	ピスケット・牛乳	ピスケット	牛乳		
	昼食	鬼ご飯 金棒(幼)手羽元唐揚 (乳)唐揚 プロッコリーのおかか和え 麸のすまし汁 果物	胚芽米、中華搾、とんがりコーン、油 油、片栗粉 油、片栗粉 砂糖 焼ぶ	鶏手羽肉 鶏肉 かつお節	キャベツ、玉ねぎ、人参、ゆかり コーン、グリンピース、枝豆 醤油、にんにく、生姜 醤油、にんにく、生姜 醤油 長ねぎ、わかめ デコポン	焼きそばソース 醤油、にんにく、生姜 醤油、にんにく、生姜 だし汁、醤油、塩
	午後おやつ	鬼まんじゅう 牛乳	さつまいも、小麦粉、砂糖 牛乳			塩
4 水	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	乳(ら)コッペパン 幼)クロワッサン トルティーヤ コールスローサラダ カレースープ	コッペパン クロワッサン 卵、ベーコン、牛乳 玉ねぎ、ほうれん草、赤ビーマン キャベツ、きゅうり、人参 白菜、玉ねぎ、ヤングコーン、人参 砂糖、油			コンソメ
	午後おやつ	かぼちゃブディング 牛乳	砂糖	卵、脱脂粉乳 牛乳	かぼちゃ	
5 木	午前おやつ	ウエハース・牛乳	ウエハース	牛乳		
	昼食	ごはん 鮭の西京焼き 小松菜のごまあえ けんちん汁 果物	胚芽米 砂糖、油 すりごま、砂糖 ごま油	鮭、味噌 木綿豆腐、油揚げ	小松菜、もやし 大根、ごぼう、人参、長ねぎ いちご	みりん、酒 醤油 だし汁、醤油
	午後おやつ	バナナとココアのクッキー 牛乳	小麦粉、バター、砂糖	脱脂粉乳、卵 牛乳	バナナ	ココア
6 金	午前おやつ	クラッカー・牛乳	クラッcker	牛乳		
	昼食	ナポリタン かぼちゃのサラダ クリームコーンスープ 果物	スパゲティー、バター、オリーブ油 マヨネーズ	ワインナー、牛乳 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ、ビーマン、人参 かぼちゃ、きゅうり、人参 コーン、玉ねぎ パイン	ケチャップ、にんにく、コンソメ、塩
	午後おやつ	ナゲット 牛乳	米粉、ノンエッグマヨネーズ、油、片栗粉	鶏肉、鶏むね肉、押し豆腐 牛乳		塩
7 土	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	ハヤシライス 白菜りんごシャキシャキサラダ スープ	胚芽米、じゃがいも、油 三温糖、油	豚肉	玉ねぎ、人参、しめじ 白菜、りんご、人参、コーン ちんげん菜、えのきだけ、長ねぎ	ハヤシルウ 酢、塩 コンソメ
	午後おやつ	カステラ 牛乳	カステラ	牛乳		
9 月	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	春のバターピラフ バーベキューチキン 花野菜サラダ オニオンスープ	胚芽米、バター 小麦粉、砂糖 マヨネーズ オリーブ油	ベーコン 鶏肉 チーズ	玉ねぎ、黄ビーマン、人参、グリンピース カリフラワー、プロッコリー、人参 玉ねぎ	コンソメ
	午後おやつ	ピスキューイースト 牛乳	食パン、小麦粉、バター、砂糖	卵 牛乳		コンソメ、にんにく
10 火	午前おやつ	ピスケット・牛乳	ピスケット	牛乳		
	昼食	サンマーメン 魚天ぶら コリコリナムル 果物	中華めん、片栗粉、ごま油 小麦粉、油、ノンエッグマヨネーズ ごま、砂糖、ごま油	豚肉 かじき	もやし、玉ねぎ、小松菜、人参、コーン、長ねぎ 大根、人参、きゅうり もも	鶏がら、醤油、生姜、塩 だし汁、塩 酢、鶏がら、にんにく
	午後おやつ	じゅーしーおにぎり 麦茶	胚芽米、砂糖、油	豚肉、かまぼこ	人参、椎茸、刻みこんぶ	しいたけだし汁、みりん、醤油、酒
12 木	午前おやつ	ウエハース・牛乳	ウエハース	牛乳		
	昼食	わかめごはん 鰯の竜田揚げ ほうれん草のなめ茸和え 豚汁 果物	胚芽米 片栗粉、油	さわら	わかめ	酒、醤油、生姜
	午後おやつ	そのままスイートポテト 牛乳	さつまいも、バター、グラニュー糖	ホイップクリーム 牛乳	もやし、ほうれん草、なめだけ、人参 大根、人参、ごぼう、長ねぎ デコポン	だし汁
13 金	午前おやつ	クラッcker・牛乳	クラッcker	牛乳		
	昼食	ハインズヌーク 鶏肉のトマト煮込み ジャーマンボテト ミルクスープ	片栗粉、オリーブ油、砂糖 じゃがいも、油	鶏肉 ベーコン 牛乳	トマト、玉ねぎ 人参、玉ねぎ、パセリ 白菜、小松菜、玉ねぎ、えのきだけ	ケチャップ、にんにく、コンソメ、ウスターソース 塩 コンソメ
	午後おやつ	みぞ焼きおにぎり 牛乳	胚芽米、ごま、砂糖	味噌 牛乳		みりん

やよいこども園

日 曜	時間帯	献立	熱とからになるもの (きいろいおどもだら)	丈夫な体をつくるもの (あかいのにおどもだら)	体の調子を整えるもの (みどりいのにおどもだら)	その他 (調味料)
14 月	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	味噌豚丼 キャベツ甘酢和え すまし汁 果物	胚芽米、砂糖、油 砂糖、油 豚肉、味噌 油揚げ 絹豆腐	豚肉、味噌 油揚げ 絹豆腐	玉ねぎ、黄ビーマン、人参 キャベツ、いんげん 長ねぎ、わかめ バナナ	酒、醤油、にんにく、生姜 酢、塩
	午後おやつ	クリームパン 牛乳	クリームパン	牛乳		
16 月	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	キーマカレー プロッコリーサラダ ほうれん草スープ ヨーグルト	胚芽米、米粉、油 砂糖、油 豚ひき肉 ハム	豚ひき肉 ハム	玉ねぎ、人参、りんご、トマトピューレ プロッコリー、キャベツ、黄ビーマン ほうれん草、玉ねぎ、コーン	醤油、カレー粉、コンソメ、にんにく、生姜、塩、パセリ 酢、塩 コンソメ
	午後おやつ	揚げパン 牛乳	コッペパン、グラニュー糖、油 牛乳			
17 火	午前おやつ	ピスケット・牛乳	ピスケット	牛乳		
	昼食	梅ごはん チキンチキンごぼう 小松菜のひじき和え 切り干し大根の味噌汁	胚芽米 片栗粉、油、砂糖 ごま油、砂糖 鶏肉	うめ干し ごぼう	小松菜、きゅうり、人参、コーン、ひじき 玉ねぎ、万能ねぎ、切り干し大根	酒、醤油、みりん 醤油、みりん だし汁
	午後おやつ	ロシアンクッキー 牛乳	小麦粉、バター、いちごジャム、三温糖	脱脂粉乳 牛乳		
18 水	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	ジャージャー麺 じゃこのあっさりサラダ わかめスープ	中華めん、三温糖、油、片栗粉 砂糖、ごま油 豚ひき肉、味噌 しらす干し 木綿豆腐	白菜、人参、水菜 もやし、玉ねぎ、わかめ	玉ねぎ、しめじ、だけのこ、きゅうり、長ねぎ 白菜、人、水菜、鶏がら 醤油、酒、生姜、鶏がら	醤油、酒、生姜、鶏がら 醤油、酒 醤油、鶏がら
	午後おやつ	かぼちゃブディング 麦茶	砂糖	卵、脱脂粉乳	かぼちゃ	
20 金	午前おやつ	クラッcker・牛乳	クラッcker	牛乳		
	昼食	ピビンバ かぶのナムル 春雨スープ 果物	胚芽米、砂糖、ごま油、ごま 春雨	豚肉	もやし、ほうれん草、人参 かぶ、人参、きゅうり、黄ビーマン、かぶ、葉 白菜、玉ねぎ	酒、醤油 にんにく、鶏がら、塩 鶏がら
	午後おやつ	あんバターサンド 牛乳	食パン、砂糖、バター	あずき 牛乳		
24 火	午前おやつ	ピスケット・牛乳	ピスケット	牛乳		
	昼食	味噌ラーメン 揚げぎょうざ コリコリナムル 果物	中華めん、砂糖、油 小麦粉、油 ごま、砂糖、ごま油	豚肉、かまぼこ、味噌 ぎょうざ	玉ねぎ、らんげん、もやし、長ねぎ、コーン、だけのこ、人参 大根、人参、きゅうり もも	酒、鶏がら、醤油、生姜、塩 大根、人参、きゅうり、もも
	午後おやつ	じゅーしーおにぎり 麦茶	胚芽米、砂糖、油	豚肉、かまぼこ	人参、椎茸、刻みこんぶ	しいたけだし汁、みりん、醤油、酒
25 水	午前おやつ	おせんべい・牛乳	おせんべい	牛乳		
	昼食	ご飯 鰯ステーキ 里芋の和風マヨサラダ なめこ汁	胚芽米 三温糖、小麦粉、油 さといも、マヨネーズ ぶり	ぶり かつお節 絹豆腐、味噌	りんご、玉ねぎ	酒、酢、にんにく、塩 醤油 だし汁
	午後おやつ	ピスキューイースト 牛乳	食パン、小麦粉、バター、砂糖	卵 牛乳		
26 木	午前おやつ	ウエハース・牛乳	ウエハース	牛乳		
	昼食	ご飯 豚肉とレバーのコマ味噌がらめ わかめの酢の物 白菜のすまし汁 果物	胚芽米 油、片栗粉、砂糖、ごま 砂糖、ごま油	豚肉、豚レバー、味噌 きゅうり、大根、人参、わかめ 白菜、えのきだけ、長ねぎ オレンジ	きゅうり、大根、人参、わかめ 白菜、えのきだけ、長ねぎ オレンジ	酒、生姜 酢、醤油 だし汁、みりん、醤油、塩
	午後おやつ	さつまいものバーケーキ 牛乳	さつまいものバーケーキ 牛乳	牛乳、卵 牛乳		
27 金	午前おやつ	クラッcker・牛乳	クラッcker	牛乳		
	昼食	ロールパン ハンバーグ チーズサラダ かぼちゃクリームコーンスープ 幼)苺バフェ	ロールパン パン粉、三温糖 砂糖、油	豚ひき肉、牛乳 チーズ 牛乳	玉ねぎ キャベツ、きゅうり、人参 コーン、かぼちゃ、玉ねぎ いちご	塩こうじ、ケチャップ、ウスターソース 酢、塩 コンソメ
	午後おやつ	苺バフェ みぞ焼きおにぎり 麦茶	苺バフェ みぞ焼きおにぎり 麦茶	ホイップクリーム、牛乳 ホイップクリーム、牛乳 ホイップクリーム、牛乳	いちご	みりん

平均栄養価 热量 522Kcal (513Kcal) たんぱく質 21.7g (20.7g) 食物繊維 5.5g (4.5g)

*盛り付け量: 3、4歳児は、5歳児の8~9割を目安にしています。(乳児はおかわりを含めた栄養価です。)

*行事や市場の都合により、献立が変更になる場合がありますが、ご了承ください。