

令和8年2月 献立表

とりさわ認定こども園

| 日付 | 時間帯 | 献立 | 材料名 | | | |
|-----|-------|--|--------------------------------------|-----------------------------|---|---|
| | | | 黄 力や体温になるもの | 赤 血や肉になるもの | 緑 体の調子を整えるもの | その他 |
| 2月 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、鶏肉のトマト煮、ほうれん草サラダ、みそ汁、オレンジ | うるち米、薄力粉、なたね油、スイートコーン、ごま | 鶏もも肉、まぐろ缶詰、絹ごし豆腐、みそ | たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶、ほうれんそう、えのきたけ、乾燥わかめ、オレンジ | 水、おろしにんにく、コンソメ、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、かぼちゃドーナツ | ホットケーキミックス、なたね油、グラニュー糖 | 牛乳、絹ごし豆腐 | 西洋かぼちゃ | |
| 3火 | 午前おやつ | ウエハース | ウエハース | | | |
| | 昼食 | 鶏そぼろごはん、かぼちゃの甘辛煮、けんちん汁、フルーツゼリー 節分仕様の給食です🍡 | うるち米、上白糖、じゃがいも、ゼリエース メロン | 鶏ひき肉、木綿豆腐 | にんじん、たまねぎ、西洋かぼちゃ、だいこん、しいたけ | こいくちしょうゆ、トマトケチャップ、本みりん、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、節分クッキー | 無塩バター、粉糖、薄力粉 | 牛乳、卵 | | |
| 4水 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、カレー、キャベツのごま和え、バナナ | うるち米、じゃがいも、なたね油、カレールウ、ごま、スイートコーン、上白糖 | 鶏もも肉、黄大豆 | たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ | こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、ミートパンネ | マカロニ・スパゲッティ | 牛乳、豚ひき肉 | にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶 | 中濃ソース、トマトケチャップ、コンソメ |
| 5木 | 午前おやつ | せんべい | カルシウムせんべい | | | |
| | 昼食 | 食パン、鶏肉のカレー焼き、スパゲッティサラダ、すまし汁、バナナヨーグルト | 食パン、カレー粉、マヨネーズ、スイートコーン | 鶏もも肉、絹ごし豆腐、ヨーグルト | きゅうり、にんじん、ほうれんそう、えのきたけ、バナナ | こいくちしょうゆ、塩、サラダスパゲティ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 麦茶、わかめおにぎり | うるち米、ごま | | カットわかめ | 麦茶、こいくちしょうゆ |
| 6金 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | マーボー丼、中華風サラダ、みそ汁、オレンジ | 上白糖、ごま油、片栗粉、うるち米、ごま | 絹ごし豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、みそ | 根深ねぎ、しいたけ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう、たまねぎ、オレンジ | こいくちしょうゆ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、さつまいも蒸しパン | 薄力粉、上白糖、無塩バター、さつまいも | 牛乳、卵 | | ベーキングパウダー |
| 9月 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、ハヤシライス、和風コールスロー、オレンジ | うるち米、じゃがいも、なたね油、ハヤシルウ、スイートコーン、上白糖 | 豚肩ロース、ロースハム | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、キャベツ、オレンジ | こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、ほうれん草パンケーキ | ホットケーキ粉、上白糖、なたね油 | 牛乳、卵 | ほうれんそう | |
| 10火 | 午前おやつ | ウエハース | ウエハース | | | |
| | 昼食 | ミートスパゲティ、ジャーマンボテト、すまし汁、バナナ | マカロニ・スパゲッティ、なたね油、上白糖、じゃがいも、スイートコーン | 豚ひき肉、黄大豆、ロースベーコン、絹ごし豆腐、鶏もも肉 | にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶、あおりの、ほうれんそう、えのきたけ、バナナ | トマトケチャップ、中濃ソース、コンソメ、塩、かつおだし、こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、お菓子 | お菓子 | 牛乳 | | |
| 12木 | 午前おやつ | せんべい | カルシウムせんべい | | | |
| | 昼食 | ごはん、和風ハンバーグ、ツナサラダ、すまし汁、バナナ | うるち米、パン粉、上白糖、片栗粉、ごま | 木綿豆腐、卵、豚ひき肉、まぐろ缶詰、絹ごし豆腐 | たまねぎ、しいたけ、ぶなしめじ、えのきたけ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、バナナ | こいくちしょうゆ、料理酒、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、黒糖サターアンダギー | 薄力粉、黒砂糖、なたね油 | 牛乳、卵 | | ベーキングパウダー |
| 13金 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ふりかけごはん、生姜焼き、マカロニサラダ、みそ汁、オレンジ | うるち米、上白糖、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ | 豚肩ロース、ロースハム、絹ごし豆腐、みそ | たまねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、えのきたけ、オレンジ | ふりかけ（たまご）、おろししょうが、本みりん、こいくちしょうゆ、塩、かつおだし |
| | 午後おやつ | 麦茶、ココアケーキ | 無塩バター、上白糖、薄力粉 | 卵、牛乳、生クリーム | | 麦茶、ベーキングパウダー、ビュココア |
| 16月 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、鶏肉のトマト煮、ほうれん草サラダ、みそ汁、オレンジ | うるち米、薄力粉、なたね油、スイートコーン、ごま | 鶏もも肉、まぐろ缶詰、絹ごし豆腐、みそ | たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶、ほうれんそう、えのきたけ、乾燥わかめ、オレンジ | 水、おろしにんにく、コンソメ、トマトケチャップ、こいくちしょうゆ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、かぼちゃドーナツ | ホットケーキミックス、なたね油、グラニュー糖 | 牛乳、絹ごし豆腐 | 西洋かぼちゃ | |
| 17火 | 午前おやつ | ウエハース | ウエハース | | | |
| | 昼食 | 鶏そぼろごはん、かぼちゃの甘辛煮、けんちん汁、フルーツゼリー | うるち米、上白糖、じゃがいも、ゼリエース メロン | 鶏ひき肉、木綿豆腐 | にんじん、たまねぎ、西洋かぼちゃ、だいこん、しいたけ | こいくちしょうゆ、トマトケチャップ、本みりん、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、節分クッキー | 無塩バター、粉糖、薄力粉 | 牛乳、卵 | | |
| 18水 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、カレー、キャベツのごま和え、バナナ | うるち米、じゃがいも、なたね油、カレールウ、ごま、スイートコーン、上白糖 | 鶏もも肉、黄大豆 | たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ | こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、ミートパンネ | マカロニ・スパゲッティ | 牛乳、豚ひき肉 | にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶 | 中濃ソース、トマトケチャップ、コンソメ |
| 19木 | 午前おやつ | せんべい | カルシウムせんべい | | | |
| | 昼食 | 食パン、鶏肉のカレー焼き、スパゲッティサラダ、すまし汁、バナナヨーグルト | 食パン、カレー粉、マヨネーズ、スイートコーン | 鶏もも肉、絹ごし豆腐、ヨーグルト | きゅうり、にんじん、ほうれんそう、えのきたけ、バナナ | こいくちしょうゆ、塩、サラダスパゲティ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 麦茶、わかめおにぎり | うるち米、ごま | | カットわかめ | 麦茶、こいくちしょうゆ |
| 20金 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | マーボー丼、中華風サラダ、みそ汁、オレンジ | 上白糖、ごま油、片栗粉、うるち米、ごま | 絹ごし豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、みそ | 根深ねぎ、しいたけ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう、たまねぎ、オレンジ | こいくちしょうゆ、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、さつまいも蒸しパン | 薄力粉、上白糖、無塩バター、さつまいも | 牛乳、卵 | | ベーキングパウダー |

| | | | | | | |
|---------|-------|--|------------------------------------|-----------------------------|---|---|
| 24 火 | 午前おやつ | ウエハース | ウエハース | | | |
| | 昼食 | ミートスパゲティ、ジャーマンポテト、すまし汁、バナナ | マカロニ・スパゲッティ、なたね油、上白糖、じゃがいも、スイートコーン | 豚ひき肉、黄大豆、ロースベーコン、絹ごし豆腐、鶏もも肉 | にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶、あおのり、ほうれんそう、えのきたけ、バナナ | トマトケチャップ、中濃ソース、コンソメ、塩、かつおだし、こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、お菓子 | お菓子 | 牛乳 | | |
| 25 水 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ごはん、鮭のマヨコーン焼き、さつまいもの甘煮、ほうれん草のごま和え、オレンジ | うるち米、マヨネーズ、スイートコーン、さつまいも、上白糖、ごま | しろさけ | あおのり、ほうれんそう、にんじん、オレンジ | 塩、こいくちしょうゆ |
| | 午後おやつ | 牛乳、パフェ | 上白糖、薄力粉、無塩バター、コーンフレーク、ウエハース | 牛乳、卵、生クリーム | バナナ、オレンジ | |
| 26 木 | 午前おやつ | せんべい | カルシウムせんべい | | | |
| | 昼食 | 食パン、和風ハンバーグ、ツナサラダ、すまし汁、バナナ | 食パン、パン粉、上白糖、片栗粉、ごま | 木綿豆腐、卵、豚ひき肉、まぐろ缶詰、絹ごし豆腐 | たまねぎ、しいたけ、ぶなしめじ、えのきたけ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、バナナ | こいくちしょうゆ、料理酒、かつおだし |
| | 午後おやつ | 牛乳、黒糖サターアンダギー | 薄力粉、黒砂糖、なたね油 | 牛乳、卵 | | ベーキングパウダー |
| 27 金 | 午前おやつ | ヨーグルト | | ヨーグルト | | |
| | 昼食 | ふりかけごはん、生姜焼き、マカロニサラダ、みそ汁、オレンジ | うるち米、上白糖、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ | 豚肩ロース、ロースハム、絹ごし豆腐、みそ | たまねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、えのきたけ、オレンジ | ふりかけ（たまご）、おろししょうが、本みりん、こいくちしょうゆ、塩、かつおだし |
| | 午後おやつ | 麦茶、ココアケーキ | 無塩バター、上白糖、薄力粉 | 卵、牛乳、生クリーム | | 麦茶、ベーキングパウダー、ビュアココア |

3歳以上児・平均エネルギー 508.8kcal/たんぱく質 20.4g/脂質 15.2g/塩分 1.4g

3歳未満児・平均エネルギー 445.2kcal/たんぱく質 17.5g/脂質 13.1g/塩分 1.2g