

2026年2月予定献立表

緑丘保育園

| 曜 | 日  | 昼 食              | 材 料 名  | 0,1歳対応 | 3時のおやつ  | 延長のおやつ                                | 夕 食                                   |
|---|----|------------------|--|--------|---|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 月 | 2  | 豆腐とエビのケチャップ煮     | 豆腐・豚ひき・海老・玉葱・ねぎ・生姜・にんにく・グリーンピース・なたね油・素精糖・トマトケチャップ・醤油・片栗粉                           |        | ココアリング  | きなこおにぎり                               | 煮込みうどん・いもけんぴ                          |
|   | 16 | ブロッコリーのナムル       | ブロッコリー・醤油・かつお・ごま油  |        | ココアパン(卵・乳なし)  | 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩                   | 干しうどん・豚肉・ごぼう・白菜・にんじん・椎茸・長葱・青菜・醤油・海水塩  |
| 火 | 3  | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | くだもの                                  |
|   | 17 | かぼちゃとえのきの味噌汁     | かぼちゃ・えのき・ほうれん草・味噌・煮干し  |        | ★きなこキャラメル麩  | わかめおにぎり                               | 豆腐のケチャップ煮・かぶときゅうりの漬物                  |
| 水 | 4  | いわしのかば焼き風        | いわし・生姜・薄力粉・なたね油・みりん・素精糖・醤油・かつおだし・片栗粉   |        | 駄・バター・素精糖・きなこ   | 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ                       | 豆腐・豚ひき・玉葱・長葱・生姜・にんにく・グリーンピース・なたね油     |
|   | 18 | れんこんの梅びしお和え      | 里芋・れんこん・うめ・海水塩・素精糖   |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | 素精糖・ケチャップ・醤油・片栗粉・水                    |
| 木 | 5  | ③鬼おにぎり ⑩ごはん      | ③白米・胚芽精米・おかか・人参・海苔 ⑩白米・胚芽精米  |        | ホットケーキ  | 焼肉ごはんおにぎり                             | わかめおにぎり・スープ                           |
|   | 19 | 油揚げとかぶの味噌汁       | 油揚げ・かぶ・わかめ・味噌・煮干し  |        | ホットケーキ・素精糖・バター・はちみつ                                   | 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま | 魚の塩焼き・ひじきの煮物                          |
| 金 | 6  | 肉豆腐              | 豆腐・豚肉・玉葱・しらたき・小松菜・素精糖・醤油・酒・なたね油  |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | 魚の塩焼き・ひじきの煮物                          |
|   | 20 | ほうれん草の信田和え       | ほうれん草・油揚げ・醤油・ごま・かつおだし・人参   |        | 肉みそうどん  | ゆかりおにぎり                               | ささみのチーズ焼き・あけぼのポテト                     |
| 土 | 7  | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | うどん・豚ひき肉・玉葱・人参・さやえんどう・しいたけ・生姜・にんにく・素精糖・味噌・醤油・片栗粉・なたね油 | 精白米・胚芽米・ゆかり                           | ささみ・チーズ・海水塩・なたね油                      |
|   | 21 | 白菜の味噌汁           | 白菜・人参・味噌・煮干し   |        | くだもの・牛乳 カミカミDAY                                       | 麦茶                                    | じゃが芋・海水塩・アレルギー用マヨネーズ・ケチャップ・素精糖        |
| 月 | 8  | ★カレーライス          | 白米・胚芽精米・豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ピーマン・じゃがいも・なたね油・海水塩・バター・小麦粉・カレー粉・醤油・ウスターソース・トマトケチャップ・牛乳 |        | かぼちゃパン  | おかかおにぎり                               | ゆかりごはん・スープ                            |
|   | 9  | 大根の塩昆布和え         | 大根・人参・塩昆布  |        | かぼちゃパン(卵・乳なし)   | 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま                   | 豚丼・高野豆腐の煮物                            |
| 火 | 10 | 生揚げともやしの味噌汁      | 生揚げ・もやし・ほうれん草・煮干し・味噌   |        | くだもの・牛乳   | 焼き海苔                                  | かつおだし 高野豆腐・人参・干し椎茸・隠元・素精糖・醤油・みりん・海水塩  |
|   | 24 | 八宝菜              | 豚肉・白菜・人参・しいたけ・海老・ブロッコリー・たまねぎ・きくらげ・醤油・米酢・片栗粉・海水塩                                    |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | 汁もの                                   |
| 水 | 11 | ほうれん草ともやしの胡麻和え   | ほうれん草・もやし・ごま・醤油・かつおだし  |        | ラスク・チーズ   |                                       |                                       |
|   | 25 | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | 食パン(卵・乳なし)マヨネーズ・バセリ                                   |                                       |                                       |
| 木 | 12 | キャベツと玉葱の味噌汁      | キャベツ・玉葱・味噌・煮干し・人参  |        | くだもの・牛乳   | きなこおにぎり                               | 生揚げのそぼろ煮・きゅうりのしらす和え                   |
|   | 26 | 五目うどん            | うどん・油揚げ・豚肉・ごぼう・ほうれん草・醤油・海水塩・酒  |        | ★黒糖ラスク  | 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩                   | 生揚げ・素精糖・醤油・かつおだし・にんじん・鶏ひき・なたね油・       |
| 金 | 13 | ポテトサラダ           | じゃがいも・人参・きゅうり・マヨネーズ・海水塩・オリーブオイル・米酢   |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | かたくり粉 きゅうり・しらす・醤油・米酢                  |
|   | 27 | オレンジゼリー          | ジュース・アガー・素精糖・  |        | ★さつまいものコーンカップ   | わかめおにぎり                               | ごはん・すまし汁                              |
| 土 | 14 | ぶりの生姜焼き          | ぶり・生姜・醤油・みりん・なたね油  |        | さつまいも・素精糖・バター・アイスコーン                                  | 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ                       | がんもの含め煮・こんぶのドレッシング煮                   |
|   | 28 | ブロッコリーと人参のオーロラソー | ブロッコリー・人参・マヨネーズ・ケチャップ・海水塩  |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | がんも・にんじん・醤油・みりん・かつおだし 刻み昆布・にんじん・いんげん・ |
| 月 | 29 | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | コーン・ごま油・醤油・米酢・素精糖                     |
|   | 30 | 豚汁               | 豚肉・大根・人参・ごぼう・しらたき・ねぎ・味噌・煮干し  |        | ★黒糖ラスク  | 焼肉ごはんおにぎり                             | わかめごはん・スープ                            |
| 火 | 31 | 豆腐チャンプルー         | 豆腐・ニラ・じゃがいも・人参・ベーコン・かつお節・醤油・なたね油・片栗粉・海水塩   |        | 食パン(卵・乳なし)・黒砂糖・バター                                    | 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま | 揚げ魚のおろし煮・切干大根煮                        |
|   | 1  | ニラとえのきのお浸し⑭大根サラダ | ニラ・えのき・醤油・かつお節⑭大根・人参・コーン・ごま油・素精糖・米酢・醤油   |        | くだもの・牛乳   | 麦茶                                    | 魚・片栗粉・なたね油・大根・醤油・みりん・かつおだし            |
| 水 | 2  | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | ★もちもちドーナツ   | ゆかりおにぎり                               | 切干大根・にんじん・干し椎茸・油揚げ・素精糖・醤油・みりん・いんげん    |
|   | 3  | わかめとねぎの味噌汁       | ねぎ・わかめ・味噌・煮干し  |        | 豆腐・ホットケーキミックス・素精糖・なたね油・白玉粉・粉砂糖                        | 精白米・胚芽米・ゆかり                           | 焼肉ごはん・スープ                             |
| 木 | 4  | ミートローフ           | 豚肉・玉葱・パン粉・牛乳・海水塩・グリーンピース・ごま・人参・豆乳  |        | カレーピラフ  | おかかおにぎり                               | 味噌煮込みうどん・じゃがバター                       |
|   | 5  | ニラとえのきのお浸し       | ニラ・えのき・醤油・かつお節   |        | 白米・胚芽精米・豚ひき肉・玉葱・人参・マッシュルーム                            | 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま                   | 干しうどん・鶏ひき・生揚げ・キャベツ・長葱・にんじん・椎茸・青菜・     |
| 金 | 6  | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | グリーンピース・海水塩・カレー粉・バター                                  | 焼き海苔                                  | 酒・味噌                                  |
|   | 7  | コーンチャウダー         | ベーコン・人参・玉葱・じゃがいも・コーン・薄力粉・海水塩・牛乳・かつおだし  |        | くだもの・牛乳 カミカミDAY                                       | 麦茶                                    | くだもの                                  |
| 土 | 8  | 千草焼き             | 豚肉・玉葱・人参・卵・生姜・小松菜・なたね油・みりん・醤油・海水塩・かつおだし  |        | ジャムサンド・小魚   | ＜ 今月のお知らせ ＞                           | 魚のごま味噌焼き・さつまいもひじき煮                    |
|   | 9  | 白菜と小松菜のお浸し       | 白菜・小松菜・かつお節・醤油   |        | 食パン(卵・乳なし)・ジャム  | ぞうぐみがもう一度食べたいとリクエストしたメニューが2月、3月に出て    | きます(★マークのついたものです)。子どもたちも楽しみにしているの     |
| 月 | 10 | ごはん              | 白米・胚芽精米  |        | くだもの・牛乳   |                                       | で、調理室も頑張って作ろうと思っています。                 |
|   | 11 | 麩とほうれん草のすまし汁     | 麩・ほうれん草・ねぎ・海水塩・醤油・かつおだし  |        | くだもの・牛乳   |                                       |                                       |

\* 乳児)エネルギー423kcal たんぱく質16.6g 脂質15.1g \* 幼児)エネルギー536kcal たんぱく質21.1g 脂質18.8g  
\* 3時のおやつは、豆乳入りです。 \* 材料の関係で献立が変更になることもあります。  
\* 園で初めて食べる食材がないようにご家庭で献立を確認してください。不明点がございましたら調理室までお声がけください。