

令和8年2月給食予定献立表

明德土気こども園

日 ／ 曜	献立名 <small>＜ねらい＞ 主食・汁もの 主菜・副菜・フルーツ</small>	3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)		
			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
2 (月)	＜ソースの香りが園庭まで届いてるらしいです＞ ソース焼きそば バナナ スープ 焼きかぼちゃ	ピラフ 牛乳	焼きそばめん、米、 油、ごま油	牛乳、豚肉、豚ひき肉	バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、もやし、はくさい、キャベツ、にんじん、しめじ、ピーマン、パセリ、あおのり
3 (火)	＜行事食 節分＞ ご飯 みそ汁 金棒唐揚げ(乳児:鶏もも肉、幼児:鶏手羽) 和風サラダ みかん	鬼のパンツケーキ 牛乳	米、小麦粉、油、砂糖、 片栗粉	牛乳、鶏手羽元、調製豆乳、 ツナ油漬缶、米みそ、油揚げ、鶏もも肉	みかん、はくさい、キャベツ、ごぼう、 にんじん、きゅうり、しょうが、にんにく
4 (水)	＜肉タネのつなぎはれんこんだけ！＞ ご飯 スープ ひき肉とれんこんのオープン焼き りんご ポテトサラダ	おふシュガーラスク 牛乳	米、じゃがいも、焼 ふ、砂糖	牛乳、豚ひき肉、バター、 ピザ用チーズ、ツナ油漬缶、 米みそ	りんご、きゅうり、キャベツ、にんじん、 れんこん、コーン缶、えのきたけ
5 (木)	＜レバーを食べよう！＞ ふりかけご飯 みそ汁 レバーの香味焼き オレンジ チャプチェ	かぼちゃプリン 牛乳	米、砂糖	牛乳、鶏レバー、調製豆乳、 米みそ、ごま、いわし(煮干し)、 ゼラチン、かつお節	オレンジ、かぼちゃ、にんじん、かぶ、 もやし、ブロッコリー、はくさい、 ねぎ、塩こんぶ、にんにく、しょうが、 カットわかめ、あおのり
6 (金)	＜もちろんルウは手作りです＞ カレーライス 野菜スティック バナナ	ビスケット(0・1歳児) 芋けんぴ(2歳児～) 小魚(幼児) せんべい、牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、 油	牛乳、豚肉、バター	バナナ、たまねぎ、にんじん、かぶ、 ブロッコリー、りんご、にんにく、 しょうが
9 (月)	＜あったか～いほうとう＞ ほうとう ちくわの磯辺焼き(0・1歳児:鮭の塩焼き) バナナ	きつねご飯 牛乳	米、干しうどん、油、 小麦粉、三温糖	牛乳、ちくわ、豚肉、油揚げ、 米みそ、ごま、さけ	バナナ、かぼちゃ、はくさい、だいこん、 にんじん、しいたけ、ごぼう、 ねぎ、あおのり
10 (水)	＜もちろんあんこも手作りです！＞ ご飯 みそ汁 カレーの煮つけ みかん ひじきの煮物	あんこパイ 牛乳	米、砂糖、三温糖、 ごま油	牛乳、かれい、米みそ、 だいたい水煮缶詰、あずき(乾)、 油揚げ、いわし(煮干し)	みかん、だいこん、しめじ、にんじん、 ひじき、さやえんどう、しょうが、 カットわかめ
12 (木)	＜やさしい味付けの肉じゃがです＞ ご飯 みそ汁 肉じゃが オレンジ ブロッコリーの塩麹サラダ	フシギダネケーキ 牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、 油、しらたき、砂糖	牛乳、豚肉、豆乳、米みそ、 いわし(煮干し)	オレンジ、ブロッコリー、にんじん、 ほうれんそう、たまねぎ、はくさい、 グリーンピース(冷凍)、カットわかめ
13 (金)	＜にんにく・しょうがが効いてます！＞ スタミナそばろ丼 バナナ みそ汁 キャベツののり和え	きなこ揚げパン 牛乳	米、コッペパン、砂糖、 油、片栗粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、 米みそ、油揚げ、きな粉、 いわし(煮干し)	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、 にんにく、にら、焼きのり、 しょうが
16 (月)	＜なにかが違うぞ！カレーうどん＞ カレーうどん じゃこサラダ バナナ	ひじきご飯 牛乳	米、干しうどん、油、 砂糖、小麦粉	牛乳、豚肉、油揚げ、鶏ひき肉、 だいたい水煮缶詰、バター、 しらす干し	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、 ひじき
17 (火)	＜中華メニュー★＞ ご飯 春雨スープ 麻婆豆腐 みかん ナムル	じゃこトースト 牛乳	米、食パン、はるさめ、 片栗粉、油、ごま油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、 淡色みそ、しらす干し、 ごま	みかん、もやし、こまつな、にんじん、 たまねぎ、ねぎ、コーン缶、 冷凍グリーンピース、カットわかめ、 にんにく
18 (水)	＜トマトたっぷりあったかスープ♪＞ パン ミネストローネ 鶏肉のレモン焼き バナナ 花かつおサラダ	クラッカーサンド 牛乳	フランスパン、じゃがいも、 油、砂糖、食パン	牛乳、鶏もも肉、ベーコン、 かつお節	バナナ、キャベツ、はくさい、 いちごジャム、にんじん、 ホーランドマト缶詰、 きゅうり、かぶ、たまねぎ、 かぶ・葉、レモン果汁、にんにく
19 (木)	＜お魚メニュー★＞ ご飯 スープ かじきのステーキ りんご たたきごぼうサラダ	お好み焼き 牛乳	米、小麦粉、油、砂糖、 ごま油	牛乳、かじき、豚ひき肉、 米みそ、かつお節、ごま	りんご、ごぼう、こまつな、 キャベツ、にんじん、 コーン缶、しめじ、 ねぎ、レモン果汁、にんにく、 あおのり
20 (金)	＜一つ一つ捏ねています＞ ご飯 スープ ハンバーグ バナナ ブロッコリーサラダ	ビスケット(乳児) きらず揚げ、小魚(幼児) せんべい ジョア	米、マカロニ、片栗粉、 砂糖、油	豚ひき肉、いわし(煮干し)、 凍り豆腐	バナナ、ブロッコリー、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、 コーン缶
24 (火)	＜ペンネパスタはじめました♪＞ 鮭のクリームパスタ オレンジ スープ ジャーマンブロッコリー	おやつビビンバ 牛乳	マカロニ・スパゲティ、 米、小麦粉、油、砂糖、 ごま油	牛乳、さけ、鶏ひき肉、 ベーコン	オレンジ、ほうれんそう、 ブロッコリー、キャベツ、 にんじん、もやし、 えのきたけ、しめじ、 こまつな、にんにく
25 (水)	＜野菜たっぷりホイコーロー＞ ご飯 わかめスープ ホイコーロー りんご かぼちゃの甘煮	スイートクロワッサン 牛乳	米、クロワッサン、砂糖、 油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉、米みそ、 ごま	かぼちゃ、りんご、 キャベツ、にんじん、 ねぎ、にら、にんにく、 しょうが、カットわかめ
26 (木)	＜お魚メニュー★＞ ご飯 みそ汁 鮭の照り焼き オレンジ 小松菜のごま和え	マカロニきなこ 牛乳	米、マカロニ、砂糖	牛乳、さけ、木綿豆腐、 米みそ、きな粉、ごま、 いわし(煮干し)	オレンジ、こまつな、 にんじん、たまねぎ、 コーン缶、レモン果汁、 カットわかめ
27 (金)	＜5種のフルーツが隠れているよ★＞ 豚丼 バナナ みそ汁 かぶの塩昆布和え	フルーツヨーグルト 麦茶	米、砂糖	豚肉、ヨーグルト(無糖)、 米みそ	バナナ、たまねぎ、かぶ、 ほうれんそう、りんご、 もも缶、みかん缶、 パイナップル、にんじん、 かぶ・葉、塩こんぶ

*食材の購入などの都合により、献立を一部変更することがあります。



今月は、節分の行事食があります。
2月は冷え込む時期なので、
体が温まる献立も多く取り入れています♪



《平均栄養価》		(おやつ含む)		1～2歳児
エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
472kcal	19.8g	15.9g	271mg	1.5g
3歳児以上				
エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
562kcal	22.6g	17.7g	262mg	1.9g