



2月の献立表

2026年02月

関戸みどりの保育園(一般)

日付	朝おやつ	献立名	材料名			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	
02月	チーズ	みそラーメン さつまいものバター焼き フルーツ	生中華めん、さつまいも、胚芽米、きび砂糖、なたね油、ごま油	豚肉(肩ロース・脂身付)、豆みそ、きな粉、バター、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、もやし、キャベツ、にんじん、コーン缶、ねぎ	お茶 きび団子 人参スティック
03火 節分 メニュー	かぼちゃの煮物	おにっこごはん みそ汁(なめこ・わかめ) いわしのさんが焼き 切干大根とベーコンの煮付け フルーツ	胚芽米、小麦粉、さつまいも、きび砂糖、片栗粉、なたね油、ごま	牛乳、鶏ひき肉、いわし、豆みそ、ベーコン(卵なし乳含む)、油揚げ	いちご、なめこ(ゆで)、きゅうり、にんじん、ねぎ、にんじんジュース、切り干しだいこん、さやえんどう、しょうが、しそ、干しいたけ、干しぶどう、わかめ(乾)	牛乳 あかおに蒸しパン 胡瓜スティック
04水	粉ふき芋	ご飯 みそ汁(かぼちゃ・玉葱) 鱈のパン粉焼き 高野豆腐と野菜の含め煮 フルーツ	胚芽米、小麦粉、パン粉、なたね油、きび砂糖、ごま油	牛乳、さわら、豚ひき肉、ちくわ、豆みそ、凍り豆腐	いちご、日本かぼちゃ、ごぼう、たまねぎ、板こんにゃく、にら、にんじん、いんげん、にんにく、干しいたけ	牛乳 チヂミ ごぼうスティック
05木	人参スティック	食パン スープ(大根・ベーコン) マカロニグラタン ブロッコリーの三色サラダ フルーツ	食パン(卵・乳なし)、胚芽米、蒸し切干しいも、小麦粉、なたね油、きび砂糖、パン粉、片栗粉、なたね油	鶏もも肉、牛乳、豚ひき肉、ベーコン(卵なし乳含む)、バター、粉チーズ	りんご、もずく、ブロッコリー、だいこん、たまねぎ、にんじん、コーン缶、カリフラワー、しょうが、パセリ	お茶 もずく井 干し芋
06金	大根スティック	ご飯 みそ汁(じゃが芋・人参) 鱈の竜田揚げ もやしのごま酢和え フルーツ	胚芽米、ゆでうどん、じゃがいも、なたね油、片栗粉、きび砂糖、ごま	さば、ちくわ、チーズ、油揚げ、豆みそ	いちご、もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しょうが	お茶 きつねうどん チーズ
07土	煮干し	中華丼 豆腐のスープ フルーツ	胚芽米、食パン(卵・乳なし)、マヨドレ(卵・乳なし)、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース・脂身付)、木綿豆腐、しらす干し	いちご、はくさい、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、こんぶ(だし用)、ねぎ、干しいたけ、あおのり	牛乳 じゃこトースト こんぶ
09月	チーズ	ご飯 沢煮椀 鶏肉の味噌焼き ひじきの煮物 フルーツ	胚芽米、なたね油、ごま、きび砂糖	鶏もも肉、豚肉(肩ロース・脂身付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご、にんじん、だいこん、ねぎ、たけのこ(ゆで)、ごぼう、さやいんげん、しいたけ、ひじき、カットわかめ	お茶 わかめおにぎり 大根スティック
10火	ゆでブロッコリー	ご飯 みそ汁(大根・えのき) かじきのチーズ焼き 野菜炒め フルーツ	胚芽米、なたね油、ごま油	かじき、挽きわり納豆、とろけるチーズ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)	みかん、キャベツ、だいこん、緑豆もやし、たまねぎ、えのきたけ、パセリ、ねぎ、にんじん、にら	お茶 納豆チャーハン 煮干し
12木	干し芋	ご飯 みそ汁(豆腐・油揚げ) 鮭の塩焼き いり鶏煮 フルーツ	胚芽米、さといも、コーンフレーク、きび砂糖、マヨドレ(卵・乳なし)、なたね油	ヨーグルト(無糖)、ベにさけ、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付き)、豆みそ、油揚げ	いちご、みかん缶、ブロッコリー、にんじん、れんこん、ごぼう、ねぎ、グリンピース(冷凍)	お茶 ヨーグルトシリアル ゆでブロッコリー
13金	ごぼうスティック	ドライカレー しょうゆフレンチサラダ 福神漬け フルーツ	胚芽米、じゃがいも、食パン(卵・乳なし)、小麦粉、なたね油	牛乳、豚ひき肉、大豆(ゆで)、ちくわ、バター、粉チーズ	りんご、たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、ごまつな、コーン缶、にんじん、福神漬、ピーマン、にんにく、パセリ、あおのり	お茶 コーンスープ チーズラスク
14土	煮干し	インディアンパゲッティ スープ(もやし、人参) フルーツ	スパゲティ、胚芽米、なたね油、ごま油、きび砂糖	豚肉(肩ロース・脂身付)	オレンジ・ネーブル、きゅうり、トマト、もやし、たまねぎ、ピーマン、にんじん、塩こんぶ	お茶 塩昆布おにぎり 中華きゅうり

幼児の昼食と軽食の平均値です。(エネルギー578kcal・たんぱく質23.6g・脂質17.7g)
 材料の食材は都合により変更になる場合があります。
 3日(火)は節分メニューです。28日(金)は誕生会メニューです。
 25日(水)あか組はお部屋でホットケーキを焼きます。



献立表

2026年02月

日付	朝おやつ	献立名	材料名			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	
16月	チーズ	みそラーメン さつまいものバター焼き フルーツ	生中華めん、さつまいも、胚芽米、きび砂糖、なたね油、ごま油	豚肉(肩ロース・脂身付)、豆みそ、きな粉、バター、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、もやし、キャベツ、にんじん、コーン缶、ねぎ	お茶 きび団子 人参スティック
17火	かぼちゃの煮物	ご飯 みそ汁(なめこ・わかめ) いわしのさんが焼き 切干大根とベーコンの煮付け フルーツ	胚芽米、小麦粉、さつまいも、片栗粉、なたね油、ごま、きび砂糖	牛乳、鶏ひき肉、いわし、調製豆乳、豆みそ、ベーコン(卵なし乳含む)	いちご、なめこ(ゆで)、きゅうり、ねぎ、にんじん、切り干しだいごん、さやえんどう、しょうが、しそ、わかめ	牛乳 さつま芋蒸しパン 胡瓜スティック
18水	粉ふき芋	ご飯 みそ汁(かぼちゃ・玉葱) 鱈のパン粉焼き 高野豆腐と野菜の含め煮 フルーツ	胚芽米、小麦粉、パン粉、なたね油、きび砂糖、ごま油	牛乳、さわら、豚ひき肉、ちくわ、豆みそ、凍り豆腐	いちご、日本かぼちゃ、ごぼう、たまねぎ、板こんにゃく、にら、にんじん、いんげん、にんにく、干しいたけ	牛乳 チヂミ ごぼうスティック
19木	人参スティック	食パン スープ(大根・ベーコン) マカロニグラタン ブロッコリーの三色サラダ フルーツ	食パン(卵・乳なし)、胚芽米、蒸し切干しいも、小麦粉、なたね油、きび砂糖、パン粉、片栗粉、なたね油	鶏もも肉、牛乳、豚ひき肉、ベーコン(卵なし乳含む)、バター、粉チーズ	りんご、もずく、ブロッコリー、だいごん、たまねぎ、にんじん、コーン缶、カリフラワー、しょうが、パセリ	お茶 もずく井 干し芋
20金	大根スティック	ご飯 みそ汁(じゃが芋・人参) 鱈の竜田揚げ もやしのごま酢和え フルーツ	胚芽米、ゆでうどん、じゃがいも、なたね油、片栗粉、きび砂糖、ごま	さば、ちくわ、チーズ、油揚げ、豆みそ	いちご、もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しょうが	お茶 きつねうどん チーズ
21土	煮干し	中華丼 豆腐のスープ フルーツ	胚芽米、食パン(卵・乳なし)、マヨドレ(卵・乳なし)、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース・脂身付)、木綿豆腐、しらす干し	いちご、はくさい、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、こんぶ(だし用)、ねぎ、干しいたけ、あおのり	牛乳 じゃこトースト こんぶ
24火	干し芋	ご飯 みそ汁(大根・えのき) かじきのチーズ焼き 野菜炒め フルーツ	胚芽米、なたね油、ごま油	かじき、挽きわり納豆、とろけるチーズ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)	みかん、キャベツ、だいごん、緑豆もやし、たまねぎ、えのきたけ、パセリ、ねぎ、にんじん、にら	お茶 納豆チャーハン 煮干し
25水	かぶの煮物	ビビンバ丼 わかめスープ きゅうりの中華風サラダ フルーツ	胚芽米、小麦粉、メープルシロップ、きび砂糖、ごま油、はるさめ、ごま、なたね油	牛乳、豚ひき肉、豆乳、卵、ハム(卵なし・乳含む)、バター	りんご、大豆もやし、もやし、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こんぶ(だし用)、にんにく、わかめ(乾)	牛乳 ホットケーキ こんぶ
26木	大根スティック	ご飯 みそ汁(豆腐・油揚げ) 鮭の塩焼き いり鶏煮 フルーツ	胚芽米、さといも、コーンフレーク、きび砂糖、マヨドレ(卵・乳なし)、なたね油	ヨーグルト(無糖)、ベにさけ、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付き)、豆みそ、油揚げ	いちご、みかん缶、ブロッコリー、にんじん、れんこん、ごぼう、ねぎ、グリンピース(冷凍)	お茶 ヨーグルトシリアル ゆでブロッコリー
27金 誕生会 メニュー	ごぼうスティック	ご飯 白菜のスープ チャイニーズチキン かぶとハムのサラダ フルーツ	胚芽米、片栗粉、小麦粉、きび砂糖、なたね油、ごま(乾)、ごま油	牛乳、鶏ささみ、クリームチーズ、生クリーム、卵、ハム(卵なし・乳含む)、赤みそ	りんご、かぶ、にんじん、はくさい、しめじ、コーン缶、レモン果汁	(幼児)牛乳・りんご チーズケーキ (乳児)お茶・りんご ゆかりおにぎり
28土	煮干し	インディアスパゲティ スープ(もやし・人参) フルーツ	スパゲティ、胚芽米、なたね油、ごま油、きび砂糖	豚肉(肩ロース・脂身付)	オレンジ・ネーブル、きゅうり、トマト、もやし、たまねぎ、ピーマン、にんじん、塩こんぶ	お茶 塩昆布おにぎり 中華きゅうり

今月の果物は、いちご、オレンジ、りんご、みかん等になります。

