

令和8年 2月分 献立表 法善寺保育園

日付	曜日	献立名	使用する主な食材			おやつ	補食
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2 16	月	けんちんうどん かぼちゃのそぼろあんかけ りんご	★うどん(ゆで)/さといも/つきこんにゃく/こま油/三温糖/かたくり粉/精白米/いりごま(白)/マヨドレ(卵なし)	豚中型種肩ロース(脂肪なし)/花がつお/鶏若鶏肉ひき肉/★牛乳	にんじん/玉葱/干し椎茸/だいこん/ごぼう/ねぎ/かぼちゃ/りんご	牛乳 おかかマヨ焼きおにぎり	ココアトースト
3 火	火	鬼っ子キーマカレー サイコロサラダ もやしとベーコンのスープ	胚芽精米/精白米/調合油/三温糖/★プレミックス粉(ホットケーキ用)	豚ひき肉/★プロセスチーズ/ベーコン/こんぶ/★牛乳/★クリームチーズ	にんにく/しょうが/にんじん/玉葱/トマトケチャップ/きゅうり/りんご/りょくとうもやし/あさつき/レモン(果汁)	牛乳 チーズケーキ	ゆかりおにぎり
17 火	火	ご飯 タンドリーチキン サイコロサラダ もやしとベーコンのスープ	胚芽精米/精白米/調合油/三温糖/★プレミックス粉(ホットケーキ用)	鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★フレーンヨーグルト/★プロセスチーズ/ベーコン/こんぶ/★牛乳/★クリームチーズ	玉葱/しょうが/にんにく/にんじん/きゅうり/りんご/りょくとうもやし/あさつき/レモン(果汁)	牛乳 くまのぱーさんケーキ	ゆかりおにぎり
4 水 18	水	きびご飯 鯖のちゃんちゃん焼き 豆腐と小松菜のすまし汁 いちご	きび(精白粒)/精白米/胚芽精米/調合油/三温糖/ ★薄力粉/上新粉/★有塩バター/黒砂糖米粉/ソフトイティマーガリン/ライショートニング/コーンフラワー(白色種)/コーンスターク	ぶり/みそ/★絹ごし豆腐/花がつお/こんぶ/★牛乳	キャベツ/にんじん/ぶなしめじ/玉葱/えのきだけ/こまつな/いちご	牛乳 4日ホロホロクッキー 18日米粉クッキー(災害食)	ごま塩 おにぎり
5 木 19	木	サンドイッチ ボパイサラダ 南瓜ポタージュ	★食パン/マヨドレ(卵なし)/ソフトタイプマーガリン/こま油/三温糖/すりごま(白)/こま(ねり)/★有塩バター/コーンスターク/かたくり粉/もち米	ロースハム/★プロセスチーズ/ツナ水煮缶/★牛乳/★クリーム(乳脂肪)/豚ひき肉	ほうれんそう/キャベツ/にんじん/ホールコン(缶)/日本かぼちゃ/玉葱/ハゼリ(乾)/しょうが/ねぎ/生しいだけ(園床栽培、生)	牛乳 豚肉の真珠蒸し	シュガートースト
6 金 20	金	豚丼 切干大根サラダ なめこの味噌汁	胚芽精米/精白米/調合油/つきこんにゃく/三温糖/こま油/★プレミックス粉(ホットケーキ用)/かたくり粉/いりごま(黒)	豚中型種肩ロース(脂肪なし)/かまぼこ/みそ/煮干し/こんぶ/★ヨーグルト/★牛乳	玉葱/さやえんどう/切干だいこん/キャベツ/にんじん/きゅうり/なめこ/はくさい/ねぎ	ヨーグルト こまぼろ	ツナ おにぎり
7 土 21	土	メキシカンライス かぶのマリネ キャベツのスープ りんご	精白米/調合油/三温糖/オリーブ油/じゃがいも	ウィンナー/ツナ水煮缶/こんぶ/花がつお/★牛乳	にんじん/玉葱/かぶ/きゅうり/キャベツ/りんご/パセリ(乾)	牛乳 ベイクドポテト	
9 月	月	ご飯 鮭の西京焼き 焼き豚サラダ お麸のすまし汁	胚芽精米/精白米/三温糖/調合油/こま油/★焼き麸/塩せんべい	鮭/西京みそ/みそ/焼き豚/花がつお/こんぶ/★牛乳	にんじん/キャベツ/きゅうり/ぶなしめじ/玉葱/クールアガード(濃縮還元ジュース)	牛乳 ふどうゼリー 塩せんべい	おかか おにぎり
10 火 24	火	八穀ご飯 蓮根ミートローフ マカロニサラダ きのこのスープ	八穀だいこく/精白米/胚芽精米/かたくり粉/調合油/★マカロニ/マヨドレ(卵なし)/三温糖/★プレミックス粉(ホットケーキ用)/★有塩バター	豚ひき肉/ロースハム/★牛乳	玉葱/れんこん/トマトケチャップ/にんじん/キャベツ/きゅうり/エリンギ/えのきだけ/ぶなしめじ/あさつき	牛乳 ココアケーキ	青菜 おにぎり
25 水	水	タンメン 根菜マヨみそサラダ バナナ	★中華めん(生)/こま油/マヨドレ(卵なし)/三温糖/精白米	豚中型種ロース(脂肪なし)/花がつお/煮干し/みそ/★牛乳/鶏若鶏肉ひき肉	にんじん/玉葱/キャベツ/きゅうり/ねぎ/にんにく/セロリ/れんこん/ごぼう/きゅうり/バナナ/しょうが	牛乳 そぼろおにぎり	青のり トースト
12 木 26	木	ご飯 鯖のカレー揚げ ごま酢あえ ほうれん草の味噌汁	胚芽精米/精白米/三温糖/かたくり粉/調合油/すりごま(白)/さつまいも	まさば/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳/寒天	にんにく/にんじん/キャベツ/きゅうり/ほうれんそう/えのきだけ/玉葱	牛乳 いもようかん	わかめ おにぎり
13 金 27	金	えびチャーハン 春雨サラダ 中華スープ 清見	精白米/胚芽精米/こま油/春雨/三温糖/★ロールパン/グラニュー糖/調合油	バナメイビ(養殖、生)/焼き豚/ロースハム/★牛乳	にんじん/玉葱/青ビーマン/生しいだけ(園床栽培、生)/キャベツ/きゅうり/はくさい/きくらげ(乾)/ねぎ/清見	牛乳 揚げパン	鮭 おにぎり
14 土 28	土	焼き鳥丼 じゃこサラダ さつま芋白菜の味噌汁 清見	精白米/三温糖/調合油/こま油/さつまいも/★プレミックス粉(ホットケーキ用)	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/しらす干し/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳/★ヨーグルト	にんじん/玉葱/ラッパ/もやし/にら/きゅうり/キャベツ/だいこん/はくさい/清見	牛乳 ヨーグルトパンケーキ	

◎都合により献立を変更する場合があります。予めご了承ください。

☆乳児クラスは午前におやつがあります。合成添加物を使わない自然食品のお菓子を5~10g食べています。

☆牛乳は乳児組1日100~150ml午前・午後のおやつで分けて飲んでいます。

☆幼児組は、1日100~150mlを飲んでいます。

◎必要に応じて、普通食の副菜をやわらかく煮て、食べやすく対応する場合もあります(移行食)

◎急に延長になってしまった場合にせんべいの提供もすることができます。

	乳児	幼児
エネルギー(kcal)	469	544
たんぱく質(g)	18.0	21.0
脂 質(g)	16.2	18.7
食塩相当量(g)	1.7	1.9

