



# 2月献立表

令和8年1月30日  
新堀保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (は未満)	材 料 名 (○は9時15分おやつ ○は午後おやつ)				9時15分おやつ	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	調味料		
2月	キッシュオムレツ、しょうゆフレンチ、ヨーグルト健康、チンゲン菜スープ	215.8(364.8) 11.3(12.7) 11.6(11.0) 1.3(1.1)	揚げ油○砂糖、植物油、胚芽米	ヨーグルト、卵、牛乳調理用、鶏むね肉、かまぼこ、ピザ用シュレッドチーズ、無塩バター	キャベツ、チンゲンサイ、もやし、とうもろこし、フロッコリー、たまねぎ、しめじ、にんじん、○バナナ	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、米酢、食塩、こしょう	バナナ	麦茶 揚げばん
3火	 節分献立 鬼のキーマカレー 大根サラダ 牛乳	720.7(789.5) 29.6(28.0) 30.9(28.3) 1.9(1.6)	白ご飯、じゃがいも、植物油、ごま油、砂糖○こめ糠くん	牛乳、豚ひき肉、ウインナー	たまねぎ、だいこん、にんじん、ホールトマト、とうもろこし1K、きゅうり、ピーマン、赤パプリカ、にんにく、しょうが	カレーウ、しょうゆ、米酢、食塩、こしょう	 節分おやつ	麦茶 パウムクーヘン
4水	蒸し鶏香味だれ、きんぴらごぼう、みかん、みそ汁	385.0(630.6) 18.5(22.8) 16.8(16.0) 2.2(2.4)	じゃがいも○薄力粉○しらたき、植物油、砂糖、ごま油、片栗粉、炒りごま、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉皮無、豚もも肉千切り○無塩バター○牛乳調理用、米みぞ、煮干し、カット乾燥わかめ	みかん、笹がきごぼう、ねぎ、にんじん○レモン果汁、しょうが	しょうゆ、酒、米酢、食塩	オランダせんべい	牛乳 レモンバターケーキ
5木	赤魚の甘辛揚げ、おひたし、バナナ、みそ汁	365.6(483.6) 16.8(17.6) 11.2(11.0) 2.5(2.2)	○白ご飯、揚げ油○砂糖、片栗粉、焼酎、炒りごま、胚芽米	赤魚、豆腐○薄揚げ、米みぞ、煮干し	バナナ、もやし、キャベツ、ごまつな○にんじん○ミニゼリー(青りんご)	○しょうゆ、酒、食塩、こしょう	ミニゼリー	麦茶 きつねおにぎり
6金	豚肉のカレーソーテー、コーンサラダ、すこやかふりかけ(おかか)、りんごゼリー、コンソメスープ	298.6(422.9) 13.2(13.9) 10.9(9.9) 1.7(1.5)	植物油、サラダ油、砂糖、胚芽米	○ヤクルト、豚もも肉スライス、ベーコンスライス	たまねぎ、りんごゼリー、キャベツ、とうもろこし、ほうれんそう、しめじ、きゅうり、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、○みかん	しょうゆ、本みりん、コンソメ、米酢、食塩、カレー粉、こしょう	みかん	ヤクルト 星たべよ
7土	 焼肉丼、麦茶	189.4(305.2) 10.0(10.7) 8.5(8.5) 1.3(1.1)	砂糖、胚芽米	豚もも肉スライス	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、食塩、こしょう		
9月	鮭のしょうゆ漬焼き、ひじきの炒め煮、バナナ、みそ汁	312.4(410.1) 22.0(22.2) 14.3(13.3) 1.9(1.6)	○焼酎、しらたき、○植物油○砂糖、胚芽米	○牛乳、鮭切身、厚揚げ、米みぞ、さつまいも、芽ひじき○きび粉、煮干し	バナナ、ごまつな、ねぎ、にんじん、いんげん	しょうゆ、酒、本みりん	ミニゼリー	牛乳 ラスク
10火	ホイコーロー、コールスローサラダ、りんご、中華スープ	149.1(386.4) 5.3(9.1) 6.6(9.1) 1.3(1.3)	植物油、サラダ油、砂糖、胚芽米	豚肩ローススライス、米みぞ	キャベツ、りんご、とうもろこし1K、たまねぎ、にんじん、ピーマン、えのきたけ	中華だしの素、酒、しょうゆ、米酢、食塩、こしょう	動物ビスケット	<b>そう組さんリクエスト</b> 麦茶 青のりポテト
12木	ポークチャップ、ポテトサラダ、サワーゼリー、なめこ汁	293.6(410.6) 19.1(19.4) 13.7(12.3) 1.8(1.4)	じゃがいも○味しらべ、マヨネーズ、植物油、砂糖、胚芽米	豚もも肉スライス、豆腐、米みぞ、煮干し	たまねぎ、だいこん、にんじん、なめこ、しめじ、きゅうり、とうもろこし、にんにく○みかん	ケチャップ、中濃ソース、酒、コンソメ、こしょう	みかん	ジョア 味しらべ
13金	鶏肉のフリッター、ツナサラダ、バナナ、みそ汁	307.8(464.3) 18.4(19.6) 14.3(15.6) 1.6(1.4)	揚げ、片栗粉、薄力粉、胚芽米	○牛乳調理用、鶏むね肉、ツナフレーク、米みぞ○ホイップクリーム、薄揚げ、煮干し	バナナ、キャベツ、かぼちゃ、きゅうり、ねぎ、にんじん	しょうゆ、米酢、食塩、こしょう	ビスコ	ココアアプリン
14土	 コーンシチュー 麦茶 すこやかふりかけ	250.2(350.4) 11.5(12.0) 10.4(9.7) 1.7(1.5)	じゃがいも、胚芽米	牛乳調理用、鶏もも肉、無塩バター	たまねぎ、クリームコーン缶、とうもろこし、にんじん、しめじ			
16月	鶏肉のバーベキューソース、マカロニサラダ、みかん、みそ汁	372.0(488.6) 17.4(19.0) 17.2(17.2) 1.8(1.6)	○さつまいも、○砂糖、マヨネーズ、マカロニ○炒りごま、砂糖、胚芽米○ハッピーターン	○牛乳、鶏もも肉皮無、豆腐、米みぞ○無塩バター○生クリーム、煮干し	みかん、キャベツ、チンゲンサイ、しめじ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、りんご	しょうゆ、米酢○食塩、こしょう	ハッピーターン	<b>そう組さんリクエスト</b> 牛乳 スイートポテト
17火	 麻婆豆腐、春雨サラダ りんごゼリー、スープ	423.5(496.9) 20.3(18.3) 20.5(16.9) 2.9(2.1)	○食パン、はるさめ、サラダ油、片栗粉、砂糖、ごま油、胚芽米	○牛乳、豆腐、豚ひき肉○ピザ用シュレッドチーズ○ロースハムスライス、米みぞ	りんごゼリー、もやし、たまねぎ、ほうれんそう、きゅうり、ねぎ、にんじん○たまねぎ○ピーマン、にんにく、しょうが○パプリカ	しょうゆ○ケチャップ、米酢、中華だしの素、食塩、こしょう	バナナ	牛乳 ピザトースト
18水	鶏肉の照り焼き、白菜サラダ、いよかん、みそ汁	305.5(455.4) 16.7(18.8) 15.2(16.1) 1.7(1.6)	○ホットケーキミックス○メープルシロップ、植物油○砂糖、焼酎胚芽米	○牛乳、鶏もも肉皮無○無塩バター、米みぞ、ロースハムスライス○牛乳調理用、煮干し	いよかん、はくさい、もやし、ごまつな、きゅうり、にんじん、しょうが、にんにく	しょうゆ、酒、米酢、食塩、こしょう	ほしたべよ	牛乳 手作りマドレーヌ
19木	豚肉のしょうが炒め、香味和え、バナナ、みそ汁	383.4(505.8) 19.4(19.6) 18.3(17.2) 2.1(1.8)	さつまいも○グラニュー糖、植物油、ごま油、砂糖、胚芽米	○牛乳、豚もも肉スライス、ツナ水煮、米みぞ、煮干し	バナナ、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんじん、ごまつな、ねぎ、ピーマン、しょうが	しょうゆ、酒	アスパラガスビスケット	牛乳 わかめおにぎり
20金	ハンバーグ、フレンチサラダ、元氣ヨーグルト、みそ汁	288.7(380.8) 14.8(15.2) 15.8(12.6) 1.9(1.5)	○ハッピーターン、パン粉、サラダ油、植物油、砂糖、胚芽米	ヨーグルト、豚ひき肉、米みぞ、薄揚げ、煮干し、カット乾燥わかめ	キャベツ、だいこん、たまねぎ、にんじん、きゅうり、○みかん	ケチャップ、中濃ソース、米酢、食塩、こしょう	みかん	麦茶 ハッピーターン
21土	 千キンカレー、麦茶	267.8(371.6) 13.5(14.2) 14.5(13.5) 1.6(1.3)	じゃがいも、胚芽米	牛乳、鶏もも肉皮無スライス、牛乳調理用、無塩バター	たまねぎ、にんじん	カレーウ		
24火	干草焼き、しらすサラダ、りんご、すこやかふりかけ(のり)、豚大根汁	334.8(448.5) 19.9(19.3) 18.4(16.3) 2.0(1.7)	○揚げ油○焼酎○砂糖、ごま油、胚芽米	○牛乳、卵、厚揚げ、豚もも肉スライス、豚ひき肉、しらす干し、かつお節	りんご、キャベツ、だいこん、たまねぎ、にんじん、ごまつな、ねぎ、しょうが○ミニゼリーオレンジ	しょうゆ、酒、米酢○しょうゆ、食塩	ミニゼリー	牛乳 焼き麩かりんどう
25水	さばの味噌煮、大根の炒め煮、バナナ、すまし汁	345.2(497.0) 15.8(17.7) 11.1(14.7) 2.4(2.1)	○白ご飯、砂糖、植物油○炒りごま、胚芽米	さば、米みぞ、薄揚げ、かつお節、こんぶだし用	バナナ、だいこん、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、ねぎ、さやえんどう、しょうが	しょうゆ、本みりん、食塩	源氏パイ	麦茶 ムーンライトクッキー
26木	 誕生会献立 和風ピラフ ミートボール 野菜果実ゼリー 野菜スープ	523.9(480.1) 18.2(15.3) 20.0(17.8) 1.6(1.3)	白ご飯、サラダ油、パン粉、砂糖、片栗粉	豚ひき肉、かんてん(ゼリー状)、鶏もも肉皮無、ベーコンスライス、無塩バター	たまねぎ、キャベツ、にんじん、とうもろこし、しめじ、○幼児ぶどうジュース	しょうゆ、コンソメ、しょうゆ、清酒、食塩、こしょう	ぶどうジュース	麦茶 誕生会デザート
27金	コロッケ、コールスロー、りんごゼリー、みそ汁	373.8(480.0) 12.8(13.3) 15.9(13.6) 1.8(1.5)	じゃがいも、パン粉、揚げ油、薄力粉、植物油、胚芽米	厚揚げ、豚ひき肉、米みぞ、煮干し、カット乾燥わかめ	りんごゼリー、キャベツ、たまねぎ、とうもろこし、にんじん、ねぎ○バナナ	ケチャップ、ウスターソース、米酢、食塩、こしょう	バナナ	<b>そう組さんリクエスト</b> アイス
28土	 五目あんかけ丼 麦茶	291.7(406.8) 15.2(15.8) 9.7(9.6) 1.2(1.0)	片栗粉、胚芽米	豚もも肉スライス	バナナ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しいたけ	しょうゆ、本みりん、中華だしの素		

※食材の納品状況により、献立が変更になる場合があります。

※緑色の字は手作りおやつです。※オレンジ色の字は完全給食です。

※スプーンの方が食べやすい献立に  (スプーン)のマーク付いています。

