

令和8年2月献立表(幼児)

日曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄	赤	緑	
			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 18水	昼食	ご飯 味噌汁 ミートボール カリフラワーのサラダ 白桃缶	米 焼きふ	ミートボール ベーコン	もやし カリフラワー 人参 ブロッコリー 白桃	エネルギー 540kCal たんぱく質 20.1g 脂 質 12.3g カルシウム 68mg 食塩相当量 2.2g
		午後おやつ 麦茶 たこ焼き		たこ焼き		
3火	節分給食	オムライス コンソメスープ ほうれん草とツナの和え物 バナナ	米	鶏ひき肉 たまご ツナ	玉ねぎ 人参 はくさい ねぎ ほうれん草 人参 バナナ	エネルギー 554kCal たんぱく質 20.2g 脂 質 17.7g カルシウム 202mg 食塩相当量 1.6g
		牛乳 たまごボーロ		牛乳 たまごボーロ		
4水	17火	そぼろパン コーンスープ チーズはんぺんフライ 春雨サラダ フルーツカクテル缶	ロールパン 春雨	牛乳 はんぺん チーズ ハム	コーン きゅうり 人参 フルーツカクテル缶	エネルギー 469kCal たんぱく質 17.4g 脂 質 19.6g カルシウム 238mg 食塩相当量 2.5g
		牛乳 焼きプリンタルト		牛乳	焼きプリンタルト	
5木	24火	肉みそうどん すまし汁 キャベツのおかか和え オレンジ	うどん	豚ひき肉 ちくわ	玉ねぎ 人参 しいたけ ピーマン 大根 あさつき キャベツ きゅうり オレンジ	エネルギー 350kCal たんぱく質 11.3g 脂 質 10.7g カルシウム 53mg 食塩相当量 1.8g
		牛乳 フライドポテト	フライドポテト			
6金	16月	ハヤシライス オムレツ ごぼうときゅうりのサラダ リンゴ	米	豚肉 卵 牛乳 ベーコン	玉ねぎ 人参 マッシュルーム ごぼう きゅうり 人参 コーン りんご	エネルギー 628kCal たんぱく質 20.3g 脂 質 28.1g カルシウム 193mg 食塩相当量 2.3g
		牛乳 ストロベリーシューフリーム		牛乳		
9月	26木	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 小松菜の胡麻和え 黄桃缶	米 じやがいも ごま	豚肉 ちくわ	人参 玉ねぎ こまつな 人参 黄桃缶	エネルギー 524kCal たんぱく質 17.7g 脂 質 19.2g カルシウム 227mg 食塩相当量 1.4g
		牛乳 ソフトクレープ		牛乳		
10火	19木	ぶりかけご飯 味噌汁 魚の照り焼き 切干大根の煮物 洋梨缶	米	たまご 赤魚 油揚げ	ぶりかけ えのき 人参 切干大根 インゲン 洋梨缶	エネルギー 369kCal たんぱく質 15.2g 脂 質 4.1g カルシウム 66mg 食塩相当量 1.3g
		麦茶 ストロベリーゼリー				
12木	昼食	ご飯 すまし汁 鶏肉の胡麻みそ焼き ひじきの煮物 パイン缶	米 ごま	鶏肉 油揚げ	かぶ わかめ 人参 きぬさや ひじき パイン缶	エネルギー 434kCal たんぱく質 15.7g 脂 質 6.2g カルシウム 84mg 食塩相当量 2.1g
		麦茶 やわらかおかき				
13金	△バレンタイン給食△	ご飯 味噌汁 ハートのコロッケ ブロッコリーサラダ みかん缶	米	油揚げ コロッケ	ブロッコリー ニンジン コーン みかん缶	エネルギー 494kCal たんぱく質 20.7g 脂 質 19.6g カルシウム 171mg 食塩相当量 2.2g
		牛乳 チョコプリン		牛乳		
20金		醤油ラーメン 餃子 小松菜の胡麻和え リンゴゼリー	ラーメン ごま	豚肉 餃子 ちくわ	もやし 人参 小松菜 にんじん リンゴゼリー	エネルギー 525kCal たんぱく質 17.8g 脂 質 10.2g カルシウム 144mg 食塩相当量 2.9g
		麦茶 やわらかおかき				
25水	☆お誕生日給食☆	ご飯 味噌汁 ヒレカツ シーザーサラダ ブドウゼリー	米	ヒレカツ ハム	こまつな ねぎ ブロッコリー ニンジン ブドウゼリー	エネルギー 675cal たんぱく質 23.1g 脂 質 20.3g カルシウム 376mg 食塩相当量 1.9g
		牛後おやつ ジョア ケーキ		ジョア ケーキ		
27金		ロールパン(いちご&マーブル) コンソメスープ 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 リンゴ缶	ロールパン	鶏肉 油揚げ	ジャム 玉ねぎ コーン ひじき にんじん きぬさや リンゴ缶	エネルギー 479kCal たんぱく質 13.8g 脂 質 23.0g カルシウム 76mg 食塩相当量 1.7g
		牛後おやつ 野菜ジュース やわらかサブレ			野菜ジュース	

※おやつ 2月11日(水)たべっこどうぶつ 14日(土)サッポロポテト
21(土)ベジたべる 23(木)たまごボーロ 28(土)アンパンマンピスケット
※マヨネーズは、たまご不使用タイプになります。