



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 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 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	昼食 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
	午後おやつ	牛乳 たまごボーロ		牛乳 たまごボーロ		
4水	17火	昼食 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
	午後おやつ	牛乳 焼きプリンタルト		牛乳 焼きプリンタルト		
5木	24火	昼食 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 きゃべつ 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
	午後おやつ	麦茶 フライドポテト	フライドポテト			
6金	16月	昼食 ハヤシライス オムレツ ごぼうときゅうりのサラダ りんご	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
	午後おやつ	牛乳 ストロベリーシュークリーム		牛乳		
9月	26木	昼食 ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 小松菜の胡麻和え 黄桃缶	米 じゃがいも 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
	午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ		牛乳		
10火	19木	昼食 ふりかけご飯 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	ふりかけ 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
	午後おやつ	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
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき				
13金	♡バレンタイン給食♡	昼食 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
	午後おやつ	牛乳 チョコプリン		牛乳		
20金		昼食 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
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき				
25水	☆お誕生日給食☆	昼食 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
	午後おやつ	ジョア ケーキ		ジョア ケーキ		
27金		昼食 ロールパン(いちご&マーガリン) 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
	午後おやつ	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)ベジタべる 23(水)たまごボーロ 28(土)アンパンマンビスケット
※マヨネーズは、たまご不使用タイプになります。