

2026年02月



献立表



親愛保育園

日 曜	献立名	材料名(昼食・午後おやつ)				午前おやつ 午後おやつ
		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	
02	ご飯 (生揚げと野菜のみそ炒め 酢の物 すまし汁(小松菜 えのき)	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、生揚げ、豚肉、バター、みそ	にんじん、たまねぎ、だいこん、こまつな、キャベツ、えのきたけ、わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 じゃがいものソフトクッキー
03	ご飯 (タンドリーチキン 大根のピクルス ミルクスープ)	米、じゃがいも、砂糖、ごま油	鶏肉、牛乳、ヨーグルト、脱脂粉乳、さくらでんぶ	だいこん、たまねぎ、こまつな、コーン、のり、しいたけ、にんにく、しょうが	ケチャップ、酢、しょうゆ、洋風だしの素、塩、カレー粉	牛乳 ビスケット ジョアマスカット 恵方巻 
04	ご飯 (めかじきの竜田揚げ ブロッコリーとささみのサラダ みそ汁(たまねぎ・白菜)	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、めかじき、ヨーグルト、鶏ささ身、みそ、脱脂粉乳	ブロッコリー、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが	だし汁、しょうゆ、米酢	牛乳 せんべい 牛乳 ヨーグルトケーキ
05	ご飯 りんご (スタミナ焼き肉 白菜の胡麻和え みそ汁(大根・ねぎ)	米、スパゲティ、油、ごま、砂糖	牛乳、豚肉、豚肉、ベーコン、みそ	りんご、はくさい、たまねぎ、だいこん、にんじん、にら、ねぎ、ピーマン	だし汁、ケチャップ、しょうゆ、本みりん、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 おやつナポリタン
06	ご飯 (コーン団子 海藻サラダ スープ(キャベツ・えのき)	米、砂糖、油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、チーズ、ツナ缶	オレンジジュース、コーン、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、わかめ、かんでん、しょうが、にんにく	だし汁、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 オレンジゼリー 鉄分強化チーズ
07	肉うどん (さつま芋の甘煮 ヨーグルト)	うどん、さつまいも、かぼちゃとにんじんの野菜パン、砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚肉	ほうれんそう、ねぎ、にんじん	だし汁、しょうゆ、本みりん、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 やさしいパン
09	あんかけうどん (ふかし芋 バナナ)	うどん、さつまいも、米、油、片栗粉、砂糖、ごま	牛乳、豚肉、チーズ、油揚げ	バナナ、ほうれんそう、もやし、にんじん、わかめ	だし汁、しょうゆ、塩	牛乳 せんべい 牛乳 わかめごはんおにぎり 鉄分強化チーズ
10	ご飯 (鶏肉の照り焼き 花野菜サラダ コンソメジュリアン)	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、油、小麦粉	牛乳、鶏肉、チーズ	ブロッコリー、カリフラワー、はくさい、たまねぎ、にんじん	本みりん、しょうゆ、酢、洋風だしの素、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 ボンデケーキ
12	チキンカレーライス (春雨サラダ オレンジ)	米、じゃがいも、米粉、はるさめ、ごま油、砂糖、油、ごま	牛乳、鶏肉、あさり	たまねぎ、オレンジ、にんじん、もやし、ほうれんそう、にら	カレーウ、しょうゆ、酢	牛乳 ビスケット 牛乳 米粉のあさり入りチヂミ
13	ご飯 (鮭のムニエル 大根サラダ スープ(かぼちゃ ねぎ)	米、砂糖、油、小麦粉、コッペパン	牛乳、鮭、バター	かぼちゃ、だいこん、キャベツ、ねぎ、にんじん	だし汁、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 ココア 揚げパン 
14	鶏肉とほうれん草のスパゲティ (スープ(キャベツ・えのき) バナナ)	スパゲティ、油	牛乳、鶏肉	バナナ、キャベツ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのきたけ	だし汁、しょうゆ、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 プリン(卵不使用)
16	ご飯 (生揚げと野菜のみそ炒め 酢の物 すまし汁(小松菜 えのき)	米、小麦粉、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、生揚げ、豚肉、バター、みそ	にんじん、たまねぎ、だいこん、こまつな、キャベツ、えのきたけ、わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 じゃがいものソフトクッキー
17	ご飯 (タンドリーチキン 大根のピクルス ミルクスープ)	米、じゃがいも、砂糖、ごま油	鶏肉、牛乳、ヨーグルト、鶏肉、油揚げ、脱脂粉乳	だいこん、たまねぎ、こまつな、にんじん、しいたけ、にんにく、しょうが	ケチャップ、しょうゆ、酢、本みりん、洋風だしの素、塩、カレー粉	牛乳 ビスケット ジョアマスカット かやく御飯
18	ご飯 (めかじきの竜田揚げ ブロッコリーとささみのサラダ みそ汁(たまねぎ・白菜)	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、めかじき、ヨーグルト、鶏ささ身、みそ、脱脂粉乳	ブロッコリー、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが	だし汁、しょうゆ、米酢	牛乳 せんべい 牛乳 ヨーグルトケーキ
19	ご飯 りんご (スタミナ焼き肉 白菜の胡麻和え みそ汁(大根・ねぎ)	米、スパゲティ、油、ごま、砂糖	牛乳、豚肉、豚肉、ベーコン、みそ	りんご、はくさい、たまねぎ、だいこん、にんじん、にら、ねぎ、ピーマン	だし汁、ケチャップ、しょうゆ、本みりん、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 おやつナポリタン

献立の平均栄養価

以上児

未満児

エネルギー552Kcal

蛋白質 22.1g

脂質 18.0g

カルシウム 261mg

鉄分 3mg

エネルギー 465Kcal

蛋白質 18.8g

脂質 15.9g

カルシウム 247mg

鉄分 2mg



献立表



日 曜	献立名	材料名(昼食・午後おやつ)				午前おやつ 午後おやつ
		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	
20 (金)	ご飯 (コーン団子 海藻サラダ スープ(キャベツ・えのき)	米、砂糖、油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、チーズ、ツナ缶	オレンジジュース、コーン、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、わかめ、かんてん、しょうが、にんにく	だし汁、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 オレンジゼリー 鉄分強化チーズ
21 (土)	肉うどん (さつまいもの甘煮 ヨーグルト)	うどん、さつまいも、かぼちゃとにんじんの野菜パン、砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚肉	ほうれんそう、ねぎ、にんじん	だし汁、しょうゆ、本みりん、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 やさしいパン
24 (火)	ご飯 (鶏肉の照り焼き 花野菜サラダ コンソメジュリアン)	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、油、小麦粉	牛乳、鶏肉、チーズ	ブロッコリー、カリフラワー、はくさい、たまねぎ、にんじん	本みりん、しょうゆ、酢、洋風だしの素、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 ポンデケージョ
25 (水)	ソースカツ丼 (ひじきの煮付け みそ汁(小松菜 もやし)	米、小麦粉、パン粉、油、砂糖、麩	牛乳、豚肩ロース、バター、きな粉、みそ、油揚げ	キャベツ、ごまつな、にんじん、もやし、ひじき	だし汁、ソース、しょうゆ、ケチャップ、塩	牛乳 せんべい 牛乳 サクサクおふラスク
26 (木)	チキンカレーライス (春雨サラダ オレンジ)	米、じゃがいも、米粉、はるさめ、ごま油、砂糖、油、ごま	牛乳、鶏肉、あさり	たまねぎ、オレンジ、にんじん、もやし、ほうれんそう、にら	カレールー、しょうゆ、酢	牛乳 ビスケット 牛乳 米粉のあさり入りチヂミ
27 (金)	ご飯 (鮭のムニエル 大根サラダ スープ(かぼちゃ ねぎ)	米、油、小麦粉、砂糖、コッペパン	牛乳、鮭、きな粉、バター	かぼちゃ、だいこん、キャベツ、ねぎ、にんじん	だし汁、酢、塩	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉揚げパン
28 (土)	鶏肉とほうれん草のスバゲティ (スープ(キャベツ・えのき) バナナ)	スバゲティ、油	牛乳、鶏肉	バナナ、キャベツ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのきたけ	だし汁、しょうゆ、塩	牛乳 ビスケット 牛乳 プリン(卵不使用)



福島県の郷土料理

ソースカツ丼



今月の献立は福島県会津地方の名物「ソースカツ丼」です。会津では昔から、洋食文化が広まる中でソースを使った料理が工夫され、このスタイルのカツ丼が生まれました。千切りキャベツを敷き、甘辛いソースにくぐらせた豚カツをのせるのが会津流で、地域の食堂や家庭で長く愛されています。戦後には地元の食堂の集まりが組織され、伝統として味を守り続けています。給食では子どもたちが食べやすいよう、味付けや大きさを工夫します。

