

2月予定献立表

令和8年

認定こども園 東雲幼稚園

日	曜日	献立名	主な食材とその働き			未満児 付け合わせ	おやつ	
			血や肉、骨になる 食べもの(赤)	体の調子を整える 食べもの(緑)	熱や力になる 食べもの(黄)		未満児(9時)	全園児(3時)
1	日							
2	月	納豆オムレツ・オーロラサラダ 鶏肉と冬野菜のみぞ汁・キウイフルーツ	卵・ひきわり納豆・牛乳 脱脂粉乳・ハム・鶏もも肉	ねぎ・人参・きゅうり・大根 白菜・キウイフルーツ	油・サラスバ マヨネーズ・冷凍里芋	ミニトマト	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
3	火	赤鬼焼きそば・節分汁・りんご	豚肉・ミートボール・チーズ うずら卵水煮・ワインナード すり身・大豆水煮缶	人参・玉ねぎ・ピーマン 刻みのり・きゅうり・大根 ごぼう・ねぎ・りんご	焼きそば麺	じゃこおにぎり	麦茶・お菓子	牛乳 恵方巻き
4	水	れんこんバーグ・マカロニサラダ 大根入りコーンスープ・オレンジ	豚ひき肉・鶏ひき肉・牛乳 脱脂粉乳・卵・ハム	玉ねぎ・れんこん水煮・人参・大根 冷凍ミックスベジタブル・ブランジ コーン粒・クリーム・さゅうり	パン粉・マカロニ マヨネーズ・片栗粉	あさりご飯	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子
5	木	鮭の塩焼き・きんぴらごぼう 厚揚げと小松菜のみぞ汁・バナナ	鮭・豚ひき肉 厚揚げ・脱脂粉乳	ごぼう・人参・いんげん 小松菜・なめこ・バナナ	ごま油・砂糖	さつまいもの甘煮	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
6	金	ポークビーンズ・わかめとキャベツのスープ プロッコリーのマヨネーズ和え・ミニゼリー	豚肉・大豆水煮缶 ちくわ	玉ねぎ・人参・粉パセリ ホールトマト缶・プロッコリー コーン・わかめ・キャベツ	じゃがいも・砂糖 マヨネーズ	ほたてピラフ	麦茶 チーズかまぼこ	牛乳・お菓子
7	土	親子丼・切干大根のチャプチエ風・みかん ソーセージソテー・豆腐とわかめのみぞ汁	鶏もも肉・なると・卵・豚肉 魚肉ソーセージ・油揚げ 絹ごし豆腐・脱脂粉乳	玉ねぎ・人参・干しいたけ 刻みのり・切干大根・干しいたけ にら・ねぎ・みかん	糸こんにゃく・ごま ごま油・油	キャンディチーズ	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
8	日							
9	月	春雨ひき肉炒め・中華風冷奴・のりたま 中華風コーンスープ・いちご	豚ひき肉・卵 絹ごし豆腐	人参・もやし・しいたけ にら・クリームコーン缶 干しいたけ・ねぎ・いちご	春雨・ごま油・片栗粉 ドレッシング	焼きギョーザ	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
10	火	塩味鶏唐揚げ・かみかみサラダ 田舎汁・りんご	鶏もも肉・しらす干し・豚肉 木綿豆腐・脱脂粉乳	きゅうり・人参・切干大根 わがめ・ごぼう・かぼちゃ ねぎ・りんご	片栗粉・油・三温糖 ごま・ごま油	里芋ご飯	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
11	水	建国記念の日						
12	木	大豆カレー・プロッコリーのミモザサラダ 福神漬け・チキンスープ・パイン缶	大豆水煮缶・ワインナー・卵 脱脂粉乳・ハム・鶏ひき肉	人参・玉ねぎ・ピーマン プロッコリー・福神漬け キャベツ・えのきたけ・パイン缶	じゃがいも マヨネーズ	トマト	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
13	金	豚汁・ヤンニョム風ワインナートマト 納豆野菜和え・キウイフルーツ	豚肉・高野豆腐・脱脂粉乳 ワインナー・ひきわり納豆 ハム	白菜・人参・ごぼう・ねぎ 小松菜・もやし・トマト キウイフルーツ	じゃがいも・ごま油・ごま 糸こんにゃく・マヨネーズ	炒り卵	豆乳・お菓子	牛乳 ココアホットケーキ
14	土	さわらの香味焼き・キャベツの磯和え さつまいもと豆腐のみぞ汁・みかん	さわら・木綿豆腐 脱脂粉乳	ねぎ・キャベツ・人参 青のり・わかめ・みかん	砂糖・ごま油 ごま・さつまいも	ボイルワインナー	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
15	日							
16	月	冬野菜のシチュー・豚肉の香味焼き ひじきとほうれん草のサラダ・りんご	鶏もも肉・牛乳 脱脂粉乳・豚肉	かぶ・玉ねぎ・人参・小松菜 ごぼう・コーン・もやし・ひじき ほうれん草・りんご	片栗粉・ごま マヨネーズ	食パン	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
17	火	鶏のり焼き・じゃがいもとさりのみぞ汁 れんこんと切干大根のナポリタン風・オレンジ	鶏もも肉・ワインナー 冷凍さりむき身・脱脂粉乳	刻みのり・切干大根・ピーマン 人参・玉ねぎ・れんこん いんげん・オレンジ	砂糖・片栗粉 じゃがいも	ゆでプロッコリー	麦茶 ミニソーセージ	牛乳・お菓子
18	水	麻婆ラーメン・春巻き もやしとわかめのナムル・キウイフルーツ	豚ひき肉・木綿豆腐 冷凍春巻き・ハム	人参・ねぎ・にら・もやし わかめ・キウイフルーツ	生中華・ごま油・油 三温糖・片栗粉・ごま	鮭わかめおにぎり	麦茶・お菓子	牛乳 ミニ肉まん
19	木	お弁当の日						
20	金	さばのトマト煮・プロッコリーのごまサラダ 白菜と卵のすまし汁・みかん	さば・油揚げ・卵	玉ねぎ・ホールトマト缶 プロッコリー・きゅうり 白菜・人参・みかん	片栗粉・砂糖 ごま	粉ふきいも	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
21	土	おでん・きゅうりの酢の物・鮭フレーク キャンディチーズ・バナナ	はんべん・さつま揚げ・卵 ちくわ・しらす干し・チーズ 鮭フレーク	太根・人参・きゅうり わかめ・バナナ	こんにゃく・砂糖 ごま	ミートボール	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
22	日							
23	月	天皇誕生日						
24	火	豚肉とキャベツのみぞ炒め・和風冷奴 じゃがいもとえのきのすまし汁・いちご	豚肉・絹ごし豆腐	キャベツ・玉ねぎ・ねぎ ピーマン・緑・赤・わかめ えのきたけ・いちご	砂糖・じゃがいも ドレッシング	鮭フレーク	麦茶・お菓子	牛乳 きつねにぎり
25	水	カレー味肉じゃが・もやしと小松菜の塩ごま和え あさりとキャベツの豆乳汁・黄桃缶	豚肉・豆乳・ハム 冷凍あさりむき身	玉ねぎ・人参・もやし・小松菜 冷凍グリーピース・キャベツ コーン(粒・クリーム)・黄桃缶	じゃがいも・砂糖 ごま	ソーセージソテー	麦茶 ミニゼリー	牛乳・お菓子
26	木	チキン南蛮・レタス・ナポリタン ほうれん草となめこのみぞ汁・オレンジ	鶏もも肉・卵・不綿豆腐 魚肉ソーセージ・脱脂粉乳	玉ねぎ・粉パセリ・レタス ピーマン・人参・ほうれん草 なめこ・ねぎ・オレンジ	小麦粉・片栗粉・油・砂糖 マヨネーズ・スパゲティ	ごぼうの 炊き込みご飯	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
27	金	たらのごま焼き・キャベツの昆布サラダ 具だくさんみぞ汁・りんご	たら・鶏もも肉 油揚げ・脱脂粉乳	キャベツ・人参・昆布 ごぼう・大根・しめじ りんご	ごま・ごま油 冷凍里芋	和風冷奴	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
28	土	参観日・PTA役員会		※預かり希望の方は、お弁当の日となります。			麦茶・お菓子	

2月14日(土) バレンタインデー



前日、2月13日(金)の3時のおやつ『ココアホットケーキ』は、松組さんが♡愛♡を込めて盛り付けをします！

お楽しみに～♪

※松組さんは、エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。

※感染症予防対策の下で行いますが、状況によっては中止になる場合もあります。

	以上児目標量	今月の平均	未満児目標量	今月の平均
エネルギー(kcal)	421	360	517	474
たんぱく質(g)	21	19.4	20.7	19.9
脂 質(g)	17.5	16.7	15.5	16.7
食 塩(g)	1.6	1.8	1.5	1.7

◎以上児(桜組・竹組・松組)です。

家庭から主食を持参しますので、栄養量には含まれていません。

◎未満児(楓組・桃組)です。栄養量は主食が含まれています。

◎献立表は、都合により変更になります。



今年の恵方は
『南南東』