

2月予定及び献立表



2026年1月20日
こどもの園敬愛保育園

★印は卵、●印は乳を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	日	お休み			
2	月	習字(きりん)	鶏肉のごま風味焼き / 付野菜 春雨サラダ みそ汁	鶏肉 ごま / ブロッコリー 春雨 もやし 胡瓜 人参 かにかま えのき キャベツ 葱 みそ	★●スナックパン ●牛乳
3	火	節分	★●手巻き寿司(乳児:ツナ寿司) けんちん汁 フルーツ	厚焼玉子 かにかま 胡瓜 チーズ ツナ ごま のり 鶏肉 牛蒡 人参 大根 里芋 油揚げ 葱 みかん	★●鬼さんカステラ (チョコ&ホイップ) ●牛乳
4	水	発表会リハーサル	たらのおろし煮 大豆サラダ みそ汁	たら 大根 大豆 キャベツ 胡瓜 人参 コーン ほうれん草 麩 みそ	★●スイートブール ●牛乳
5	木	小学校体験入学 (きりん)	★●パン / ゼリー チキンのトマト煮 じゃことひじきのサラダ	パン / ゼリー 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 トマト缶 しめじ ちりめんじゃこ キャベツ 胡瓜 ひじき 人参 コーン	鮭わかめおにぎり ●牛乳
6	金	修了記念写真 (きりん) E~たいむ	わかめラーメン 春巻き フルーツ	中華麺 豚肉 わかめ 人参 玉葱 かまぼこ もやし コーン 葱 春巻き パイン缶	おはぎ ●牛乳
7	土		炒飯 中華風酢の物 中華スープ	豚肉 小松菜 人参 葱 胡瓜 もやし 人参 ささみ 大根 青梗菜 コーン	●さつま芋ボール ●牛乳
8	日	お休み			
9	月	習字(きりん) シーツ交換 (幼児)	鰯の竜田揚げ / 付野菜 コーンサラダ ごまみそスープ	ぶり 焼き肉のたれ(ごま) / ミニトマト キャベツ コーン 胡瓜 人参 豚肉 大根 里芋 人参 蒟蒻 油揚げ 葱 ごま みそ	肉まん ●牛乳
10	火	シーツ交換 (乳児)	ゆかりご飯 / 肉じゃが 磯和え みそ汁	ゆかり / 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 干椎茸 白滝 いんげん ほうれん草 白菜 人参 のり もやし 南瓜 葱 みそ	★●りんごケーキ ●牛乳
11	水	建国記念の日			
12	木		カレー南蛮うどん 平天と野菜の煮物 フルーツ	うどん 鶏肉 かまぼこ 人参 玉葱 油揚げ 干椎茸 葱 カレールウ 平天 大根 人参 じゃが芋 いんげん バナナ	かやくご飯 ●牛乳
13	金		牛肉のオイスターソテー ★ポテトサラダ 白菜のとろとろスープ	牛肉 玉葱 人参 ピーマン じゃが芋 胡瓜 人参 ツナ コーン マヨネーズ 白菜 竹輪 人参 青梗菜 生姜	●甘納豆蒸しパン ●牛乳
14	土	発表会	焼きそば風スパゲティ グリーンサラダ みそ汁	スパゲティ 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン 竹輪 ブロッコリー 胡瓜 キャベツ 大根 油揚げ 葱 みそ	●マシュマロココアクッキー ●牛乳
15	日	お休み			

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月	習字(きりん)	鮭の西京焼き / 付野菜 ひじき煮 すまし汁	鮭 みそ / キャベツ ゆかり ひじき 人参 平天 白滝 いんげん 豆腐 えのき 三つ葉	●コロッケ ●牛乳
17	火		ちゃんぽん ●しゅうまい ●チーズ	中華麺 豚肉 キャベツ かまぼこ 人参 もやし 玉葱 葱 しゅうまい チーズ	★●クリームパン (カスタード) ●牛乳
18	水	体育あそび (りす～きりん)	中華風混ぜご飯 ★●ばんさんすう ワンタンスープ	豚肉 ほうれん草 筍 人参 しめじ もやし 胡瓜 人参 ハム 豚ひき肉 玉葱 白菜 干椎茸 人参 にら 餃子の皮	●プリン風ゼリー せんべい ●牛乳
19	木	避難訓練	★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー 大根サラダ	パン / 黄桃缶 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 エリンギ ルウ 大根 胡瓜 キャベツ 人参 ツナ	いなり寿司(ごま) ●牛乳
20	金	E～たいむ	豚肉のしぐれ煮 ★マカロニサラダ みそ汁	豚肉 牛蒡 玉葱 人参 白滝 いんげん マカロニ 胡瓜 人参 ツナ コーン マヨネーズ 小松菜 平天 みそ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
21	土		チキンライス ★●ハムサラダ オニオンスープ / フルーツ	鶏肉 玉葱 人参 ピーマン、コーン ハム キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 えのき / りんご	★●スコーン ●牛乳
22	日	お休み			
23	月	天皇誕生日			
24	火		鶏肉のマーメレード焼き / 付野菜 おかか和え みそ汁	鶏肉 玉葱 マーメレード / ブロッコリー ほうれん草 白菜 人参 かつお節 わかめ 麩 葱 みそ	●マッシュマロおこし ●牛乳
25	水	Jリーグアカデミー (いぬ・きりん) シーツ交換 (幼児)	ひじきご飯 / 鯖の塩焼き 酢ごま和え みそ汁	ひじき 鶏肉 人参 油揚げ / さば ブロッコリー キャベツ 胡瓜 人参 かにかま ごま ほうれん草 油揚げ 葱 みそ	だしシャカポテト ●牛乳
26	木	誕生会 シーツ交換 (乳児)	ビーフカレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	牛肉 玉葱 じゃが芋 人参 カレールウ キャベツ 胡瓜 パイン缶 レーズン ヨーグルト	★●パースディケーキ ●牛乳
27	金	E～たいむ	●クリームスパゲティ ツナサラダ ゼリー	スパゲティ 鶏肉 玉葱 ほうれん草 しめじ 牛乳 ルウ キャベツ ツナ 胡瓜 コーン 人参 ゼリー	カニおこわ ●牛乳
28	土	幼児お弁当日	★●お好み焼き ●焼売 みそ汁	お好み焼粉 豚肉 キャベツ 長芋 卵 竹輪 青葱 ソース 鰹節 しゅうまい 大根 油揚げ 葱 みそ	★●どら焼き ●牛乳

◆乳児は朝のおやつにおせんべい等を提供しています。

◆献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

今月の一人当たりの栄養素（3歳児以上）

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	635	23.8	17.6	259	2.4	213	0.32	0.36	22	3.6以上	1.6未満
平均	623	21.5	18.4	273	2.2	230	0.4	0.48	22	4.7	1.6