



2月予定および献立表



令和8年1月20日
彩都敬愛保育園

●は乳、★は卵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				
2	月		鯖の塩焼き / 付野菜 ひじき煮 みそ汁	鯖 / ほうれん草 ひじき、人参、平天、しらたき、いんげん 豆腐、油揚げ、ねぎ	★●スナックパン ●牛乳
3	火		鶏肉のごま風味焼き/ 付野菜 ★ポテトサラダ 白菜のとろとろスープ	鶏肉、ごま / 南瓜 じゃが芋、胡瓜、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ 白菜、竹輪、青梗菜、生姜	大学芋 ●牛乳
4	水	節分(豆まき) シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	★ツナ寿司 けんちん汁 フルーツ	錦糸卵、ツナ、胡瓜、大葉、ごま、カニカマ 鶏肉、ごぼう、人参、大根、里芋、油揚げ、ねぎ みかん	★●鬼さんケーキ ●牛乳
5	木	シーツ交換 (りす)	わかめラーメン 春巻き フルーツ	中華麺、豚肉、わかめ、人参、玉ねぎ、かまぼこ、もやし、コーン、ねぎ 春巻き 黄桃缶	カニおこわ ●牛乳
6	金		★●パン/ フルーツ ●ビーフシチュー 大根サラダ	パン / パイン缶 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、エリンギ、ルウ 大根、胡瓜、キャベツ、人参、ツナ	●りんごケーキ ●牛乳
7	土		チキンライス ブロッコリーサラダ オニオンスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ブロッコリー、胡瓜、キャベツ 玉ねぎ、わかめ	★●どら焼き ●牛乳
8	日				
9	月		鯛の野菜あんかけ 大豆サラダ みそ汁	鯛、人参、ピーマン、もやし 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、コーン ほうれん草、麩	●マシュマロおこし ●牛乳
10	火		★●パン/ フルーツ チキンのトマト煮 じゃことひじきのサラダ	パン / バナナ 鶏肉、玉ねぎ、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	●コロッケ ●牛乳
11	祝	建国記念の日			
12	木	避難訓練	カレー南蛮うどん 平天と野菜の煮物 ゼリー	うどん、鶏肉、かまぼこ、人参、玉ねぎ、油揚げ、干椎茸、ねぎ、ルウ 平天、大根、人参、じゃが芋、いんげん ゼリー	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
13	金		豚肉のしぐれ煮 ★マカロニサラダ みそ汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、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	いなり寿司 ●牛乳
14	土	家庭の日	焼きそば風スパゲッティ グリーンサラダ みそ汁	スパゲティ、豚肉、キャベツ、ピーマン、人参 キャベツ、胡瓜、ブロッコリー 大根、油揚げ、ねぎ	たい焼き ●牛乳
15	日				

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月		ちゃんぽん ●蒸ししゅうまい ●チーズ	中華麺、豚肉、キャベツ、かまぼこ、人参、もやし、玉ねぎ、ねぎ しゅうまい チーズ	おはぎ ●牛乳
17	火	誕生会	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、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ルウ キャベツ、胡瓜、パン缶、レーズン ヨーグルト	★●バースデーケーキ ●牛乳
18	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	ぶりの竜田揚げ/ 付野菜 コーンサラダ ごまみそスープ	ぶり、焼肉のたれ(ごま) / ブロッコリー キャベツ、コーン、胡瓜、人参 豚肉、大根、里芋、人参、こんにやく、油揚げ、ねぎ、ごま	肉まん ●牛乳
19	木	シーツ交換 (りす)	中華風混ぜご飯 ★●ばんさんすう ワントンスープ	豚肉、ほうれん草、筍、人参、しめじ もやし、胡瓜、人参、ハム 豚ミンチ、玉ねぎ、白菜、干椎茸、人参、にら、餃子の皮	●セサミトースト ●牛乳
20	金		肉じゃが 磯和え みそ汁	牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、人参、のり もやし、南瓜、ねぎ	鮭わかめおにぎり
21	土	発表会	豚肉のみそ炒め かにかまサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、みそ かにかま、キャベツ、胡瓜、人参 じゃが芋、しめじ	●ジャムサンド ●牛乳
22	日				
23	祝	天皇誕生日			
24	火		鶏肉のマーマレード焼き/付野菜 切干大根の煮物 みそ汁	鶏肉、マーマレード / ブロッコリー 切干大根、しらたき、人参、竹輪、いんげん 麩、わかめ	うどん
25	水		ひじきご飯/鮭の西京焼き 酢ごま和え すまし汁	ひじき、人参、油揚げ / さけ ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、人参、かにかま、ごま 豆腐、えのき、三つ葉	★●スイートプール ●牛乳
26	木		牛肉のオイスターソテー 春雨サラダ きのこスープ	牛肉、玉ねぎ、人参、ピーマン 春雨、もやし、胡瓜、人参、かにかま しめじ、えのき、玉ねぎ	●さつま芋ボール ●牛乳
27	金		●クリームスパゲティ ツナサラダ ゼリー	スパゲティ、鶏肉、玉ねぎ、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	かやくご飯
28	土	家庭の日	炒飯 中華風酢の物 中華スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、ねぎ 胡瓜、もやし、人参、かにかま 大根、青梗菜	★●シュウクリーム ●牛乳

◆献立の内容は、仕入れの状況により、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と、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

今月の乳児1日の一人当たりの栄養素量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
平均	478	17	14	185	1.9	163	0.28	0.34	17	—	1.3
基準値	502	18.8	13.9	202	2	180	0.26	0.28	21	—	1.4