



2月予定および献立表



令和8年1月20日
彩都宿久庄敬愛保育園

●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	スイミング(きりん)	鯵の塩焼き / 付野菜	鯵 / ほうれん草	★●練乳いちごパン
			ひじき煮	ひじき、人参、平天、しらたき、いんげん	●牛乳
			みそ汁	豆腐、油揚げ、ねぎ	
3	火	節分(豆まき) E~たいむ 卒業記念撮影(きりん)	★●手巻き寿司	厚焼玉子、かにかま、胡瓜、チーズ、ツナ、のり	★●鬼さんカステラ
			けんちん汁	鶏肉、ごぼう、人参、大根、里芋、油揚げ、ねぎ	●牛乳
			フルーツ	みかん	
4	水	お習字(きりん) シーツ交換(いぬ)	鶏肉のごま風味焼き/付野菜	鶏肉、ごま / 南瓜	大学芋
			★ポテトサラダ	じゃが芋、胡瓜、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ	●牛乳
			白菜のとろとろスープ	白菜、竹輪、青梗菜、生姜	
5	木	体育遊び 彩都西小学校体験入学(きりん) シーツ交換(くま)	わかめラーメン	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	カニおこわ
			春巻き	春巻き	●牛乳
			フルーツ	黄桃缶	
6	金	誕生会	ビーフカレー	牛肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ルウ	★●バースデーケーキ
			キャベツとパインのサラダ	キャベツ、胡瓜、パン缶、レーズン	●牛乳
			●ヨーグルト	ヨーグルト	
7	土		チキンライス	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン	★●どら焼き
			プロッコリーサラダ	プロッコリー、胡瓜、キャベツ	●牛乳
			オニオンスープ	玉ねぎ、わかめ	
8	日				
9	月		鯛の野菜あんかけ	鯛、人参、ピーマン、もやし	●マシュマロおこし
			大豆サラダ	大豆、キャベツ、胡瓜、人参、コーン	●牛乳
			みそ汁	ほうれん草、麩	
10	火	E~たいむ	★●パン/フルーツ	パン / バナナ	●コロッケ
			チキンのトマト煮	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、トマト缶、しめじ	●牛乳
			じゃことひじきのサラダ	ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、人参	
11	祝	建国記念の日			
12	木	体育遊び 避難訓練	カレー南蛮うどん	うどん、鶏肉、かまぼこ、人参、玉ねぎ、油揚げ、干椎茸、ねぎ、ルウ	●ヨーグルト蒸しパン
			平天と野菜の煮物	平天、大根、人参、じゃが芋、いんげん	●牛乳
			ゼリー	ゼリー	
13	金		豚肉のしぐれ煮	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん	いなり寿司
			★マカロニサラダ	マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ	●牛乳
			みそ汁	小松菜、平天	
14	土	家庭の日			たい焼き
			お弁当		●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	涅槃会 E~たいむ	★●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
			お習字(きりん) シーツ交換(いぬ)	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、こんにゃく、油揚げ、ねぎ、ごま
			体育遊び シーツ交換(くま)	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 豚ミンチ、玉ねぎ、白菜、干椎茸、人参、にら、餃子の皮
18	水		肉じゃが 磯和え みそ汁	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
			豚肉のみそ炒め かにかまサラダ みそ汁	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
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	鶏肉、マーマレード / ブロッコリー	うどん
			切干大根の煮物	切干大根、しらたき、人参、竹輪、いんげん	
			みそ汁	麩、わかめ	
25	水	お習字(きりん)	ひじきご飯/鮭の西京焼き	ひじき、人参、油揚げ / さけ	★●スイートブルー
			酢ごま和え	プロッコリー、キャベツ、胡瓜、人参、かにかま、ごま	●牛乳
			すまし汁	豆腐、えのき、三つ葉	
26	木	体育遊び	牛肉のオイスターソテー	牛肉、玉ねぎ、人参、ピーマン	●さつま芋ボール
			春雨サラダ	春雨、もやし、胡瓜、人参、かにかま	●牛乳
			きのこスープ	しめじ、えのき、玉ねぎ	
27	金		●クリームスパゲティ ツナサラダ ゼリー	スペゲティ、鶏肉、玉ねぎ、ほうれん草、しめじ、牛乳、ルウ キーマン、ツナ、胡瓜、コーン、人参 ゼリー	かやくご飯 ●牛乳
28	土	発表会 家庭の日	お弁当		★●シュークリーム ●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で、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

◆ハムには卵、乳が使用されています。

今月の一人当たりの栄養素量(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	598	22.4	16.6	258	2.2	215	0.22	0.34	17	3.4
平均	582	20.2	16.9	258	2	202	0.37	0.44	18	4.6

1.5未満