



2月予定および献立表



2026年1月20日

白川敬愛保育園

★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				
2	月	Jリーグ アカデミー ^{りす制服採寸}	たらの野菜あんかけ 大豆サラダ みそ汁	たら、人参、ピーマン、もやし 大豆、キャベツ、きゅうり、人参、ちりめんじゃこ ほうれん草、麩	★●クリームパン ●牛乳
3	火	まめまき E~たいむ	★●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、きゅうり、チーズ、ツナ、のり 鶏肉、ごぼう、人参、大根、里芋、干椎茸、ねぎ みかん	★●鬼さんケーキ ●牛乳
4	水		●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、きゅうり、ひじき、人参	鮭わかめおにぎり ●牛乳
5	木	体育あそび 体験入学(きりん) シーツ交換(乳児)	牛肉のオイスター紹介 春雨サラダ ワンタンスープ	牛肉、玉ねぎ、人参、ピーマン 春雨、もやし、きゅうり、人参、かにかま 豚ミンチ、玉ねぎ、白菜、干椎茸、人参、にら、餃子の皮	大学芋 ●牛乳
6	金	スイミング (きりん) シーツ交換 (いぬ・きりん)	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 パイント缶	おはぎ ●牛乳
7	土		ガパオライス プロッコリーサラダ コンソメスープ	豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、バブリカ、カレー、にんにく、バジル粉 ツナ、プロッコリー きゅうり キャベツ、人参 じゃが芋、しめじ、パセリ粉	★●塩サブレ ●牛乳
8	日				
9	月	卒園記念写真 (きりん)	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) / プロッコリー キャベツ、コーン、きゅうり、人参 豚肉、大根、里芋、人参、こんにゃく、油揚げ、ねぎ、ごま	●プリン せんべい ●牛乳
10	火	E~たいむ 習字(きりん)	ゆかりご飯 / 肉じゃが 磯和え みそ汁	ゆかり / 豚肉、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	★●りんごケーキ ●牛乳
11	祝	建国記念の日			
12	木	マラソン大会 体育あそび	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 バナナ	かやくご飯 ●牛乳
13	金		鶏肉のごま風味焼き付野菜 ★ポテトサラダ きのこスープ	鶏肉、ごま / 南瓜 じゃが芋、きゅうり、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ しめじ、えのき、玉ねぎ、パセリ粉	★●スイート プール ●牛乳
14	土	幼児お弁当日	炒飯 中華風酢の物 中華スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、干椎茸、小松菜、ねぎ きゅうり、もやし、人参、かにかま 大根 青梗菜 コーン	●さつま芋ボール ●牛乳
15	日				

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月		鮭の西京焼き 付野菜 ひじき煮 ★すまし汁	さけ / キャベツ、ゆかり ひじき、人参、竹輪、しらたき、いんげん 豆腐、えのき、卵、三つ葉	●コロッケ ●牛乳
17	火	誕生会	●ポークカレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ヨーグルト、ジャム	★●バースディ ケーキ ●牛乳
18	水		ちゃんぽん ●しゅうまい フルーツ	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 オレンジ	カニおこわ ●牛乳
19	木	体育あそび シーツ交換 (乳児)	●パン ●ビーフシチュー 大根サラダ	パン 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、エリンギ、ルウ 大根、きゅうり、キャベツ、人参、ツナ	豆乳ドーナツ ●牛乳
20	金	スイミング (きりん) シーツ交換 (いぬ・きりん)	★●豆腐の松風焼き付野菜 切り干し大根酢の物 白菜のとろとろスープ	鶏肉、豆腐、玉ねぎ、卵、牛乳、パン粉 / ほうれん草 切り干し大根、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ 白菜 ちくわ 青梗菜 生姜	さつま芋せんざい ●牛乳
21	土		焼きそば風スパゲティ グリーンサラダ みそ汁 / ゼリー	スパゲティ 豚肉 キャベツ ピーマン 人参 ツナ、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー 大根、油揚げ、ねぎ / ゼリー	●芋もち ●牛乳
22	日				
23	祝	天皇誕生日			
24	火	E~たいむ 習字(きりん)	鶏肉のマーマレード焼き付野菜 おかか和え みそ汁	鶏肉、マーマレード / ブロッコリー、ポン酢 ほうれん草、白菜、人参、花かつお さつま芋 玉ねぎ ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
25	水	避難訓練	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、きゅうり、人参、かにかま、ごま ほうれん草、豆腐	だしシャカポテト ●牛乳
26	木		●クリームスパゲティ ツナサラダ フルーツ	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、きゅうり、コーン、人参 黄桃缶	いなり寿司 ●牛乳
27	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、きゅうり、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ 小松菜、平天	●ヨーグルト 蒸しパン ●牛乳
28	土	保育発表会	●チキンライス ★●ハムサラダ わかめスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、インゲン、バター ハム、キャベツ、人参、胡瓜 わかめ、白ごま、ねぎ、ごま油	★●どら焼き ●牛乳

◆献立内容は、仕入れ等の状況により、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。

◆乳児さんの朝おやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

今月の1人当たりの栄養量(3歳児以上)

	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
基準	611	22.9	17	259	2.5	214	0.32	0.36	23	3.6	1.6
平均	611	21.7	18.5	271	2.1	214	0.39	0.44	24	4.9	1.7