

令和8年 2月 予定献立表

日曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
2月16日	ご飯	鮭のごま焼き	ごぼうと人参の煮物	三色酢の物	白菜と油揚げの味噌汁	アップルパイ	
	米	鮭 ごま みりん しょう油 酒	ごぼう 人参 素精糖 しょう油 なたね油	人参 もやし 胡瓜 酢 素精糖 しょう油 塩	白菜 油揚げ 煮干しだし 味噌	りんご 素精糖 ぎょうざの皮 なたね油 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
3月17日	ご飯	鶏肉の味噌焼き	キャベツのおかか和え	ひじき煮	鯛のつみれ汁	3日 恵方巻	
	米	鶏肉 味噌 しょう油 みりん 酒	キャベツ かつお節 かつお昆布だし しょう油	干しひじき 人参 油揚げ 素精糖 しょう油 なたね油	いわし 塩 酒 片栗粉 人参 大根 ごぼう 生姜 あさつき かつお昆布だし しょう油 塩	米 酢 素精糖 塩 海苔 干し椎茸 人参 胡瓜 しょう油 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
				17日 飲み込みご飯		米 豚肉 油揚げ ごぼう 人参 干し椎茸 酒 塩 しょう油 みりん ごま油 (果物 牛乳)	
4月18日	開化丼		ブロッコリーのカラフルサラダ		大根とわかめの味噌汁		★カレーポテトフライ
	米 豚肉 玉葱 長葱 人参 白菜 椎茸 なたね油 しょう油 素精糖 片栗粉		ブロッコリー カリフラワー 人参 ハム コーン 酢 塩 なたね油		大根 わかめ 煮干しだし みそ	じゃが芋 カレー粉 塩 なたね油 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
5月19日	ご飯	油淋鶏	大根のゆかり和え	こんにゃくの土佐煮	わかめスープ	フレンチトースト	
	米	鶏肉 酒 生姜 にんにく 片栗粉 なたね油 長葱 しょう油 穀物酢 素精糖 ごま油	大根 人参 胡瓜 しそ葉 塩	こんにゃく かつお節 しょう油 みりん なたね油	わかめ もやし ごま 塩 しょう油 かつお昆布だし ごま油	食パン 卵 牛乳 バター グラニュー糖 (果物 牛乳)	スパゲッティ サラダ 汁物
6月20日	野菜タンメン		さつま芋のレモン煮		ブロッコリーのごま和え		鮭とわかめのおにぎり
	中華めん 鳥がらだし 生姜 にんにく 豚肉 キャベツ もやし 人参 玉葱 青梗菜 塩		さつま芋 素精糖 塩 レモン		ブロッコリー ごま 素精糖 しょう油	米 鮭 わかめ 塩 ごま (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
7月21日	ご飯	鯖の塩焼き	かぶとハムのサラダ	小松菜と厚揚げの味噌汁		クラッカーサンド	
	米	鯖 塩	かぶ ブロッコリー 人参 ハム 酢 塩 なたね油	小松菜 厚揚げ 煮干しだし 味噌		クラッカー ジャム (果物 牛乳)	
9月	ご飯	鶏肉のケチャップあんからめ	塩もみキャベツ	こふき芋	ほうれん草と椎茸の味噌汁	ツナマヨトースト	
	米	鶏肉 生姜 酒 塩 片栗粉 ケチャップ しょう油 素精糖	キャベツ 塩	じゃが芋 塩 青のり	ほうれん草 椎茸 煮干しだし 味噌	食パン ツナ パセリ マヨネーズ 塩 チーズ (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
10月24日	パン	冬野菜シチュー		マカロニフレンチサラダ		しらすとゆかりのおにぎり	
	食パン	鶏肉 玉葱 人参 白菜 ブロッコリー しめじ じゃが芋 パセリ 牛乳 薄力粉 バター 塩		マカロニ キャベツ 胡瓜 人参 ハム 酢 塩 なたね油		米 しらす ごま しそ葉 塩 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
25日	ご飯	ハンバーグ	白菜とツナのとえ物	★ブロッコリーのソテー	じゃが芋と玉葱の味噌汁	あんかけ焼きそば	
	米	豚ひき肉 玉葱 パン粉 牛乳 塩 ケチャップ 中濃ソース	白菜 ツナ ごま 素精糖 しょう油	ブロッコリー ベーコン にんにく 塩 しょう油 なたね油	じゃが芋 玉葱 煮干しだし 味噌	中華めん(乳児) 揚げ細めん(幼児) 豚肉 玉葱 白菜 人参 干し椎茸 青梗菜 塩 しょう油 なたね油 ごま油 片栗粉 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
12月26日	ポークきのこカレー		スイートポテトサラダ		豆腐とわかめのすまし汁		ちんすこう
	米 豚肉 玉葱 椎茸 ぶなしめじ まいたけ 生姜 にんにく 塩 カレー粉 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ 中濃ソース		じゃが芋 さつま芋 キャベツ 胡瓜 人参 塩 マヨネーズ		豆腐 わかめ 塩 しょう油 かつお昆布だし	薄力粉 素精糖 なたね油 (果物 牛乳)	スパゲッティ サラダ 汁物
13月27日	ご飯	★ぶりカツ	菜の花の干草和え		けんちん汁	レモンケーキ	
	米	ぶり 塩 酒 薄力粉 パン粉 なたね油 中濃ソース	菜の花 人参 キャベツ しめじ ごま しょう油 かつお昆布だし		里芋 大根 ごぼう 豆腐 人参 長葱 塩 しょう油 かつお昆布だし	薄力粉 BP 卵 牛乳 レモン レーズン バター グラニュー糖 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
14月28日	ご飯	豚肉のソース炒め	キャベツとわかめのおひたし		南瓜の味噌汁	チャーシュー炒飯	
	米	豚肉 青ピーマン 赤ピーマン 玉葱 中濃ソース しょう油 なたね油	キャベツ 人参 わかめ 油揚げ ごま かつお昆布だし しょう油		南瓜 玉葱 煮干しだし 味噌	米 焼き豚 長葱 人参 青ピーマン 塩 しょう油 ごま油 (果物 牛乳)	

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。
 ★12日は厚生会です。
 ★は新メニューです。
 今月の果物予定:りんご みかん 等

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養値(幼児)	610Kcal	24.3g	23.4g	293mg
栄養目標値	600Kcal	24.8g	20.1g	258mg