

2026年 2月 の 給 食 予 定 献 立 表 (3才以上児)

そとからかえったら てあらいうがいを しようね！

さくらんぼ保育園

曜 日	日	こ ん だ て め い	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー 蛋白質脂質塩分
			血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	
月	2	★かぼちゃカレー	豚肉	じゃがいも 三温糖	人参 玉葱 ピーマン 南瓜	カレーパウダー しょうゆ	454kcal
	16	はるさめサラダ ★みかん 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★さつまいもてんぷら	牛乳	春雨 三温糖 ごま油 小麦粉 さつまいも 油	人参 きゅうり キャベツ みかん	酢 しょうゆ 塩 塩	16.2 g 17.2 g 1.6 g
火	3	～せつぶんきゅうしょく～ せつぶんごはん ししゃも ★ブロッコリーのこんぶあえ ★とうふのみそしる 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう せつぶんきなこぼろ ★りんご おかし	大豆 ししゃも 絹豆腐 味噌 牛乳	米 三温糖 きな粉ボーロ おかし	人参 乾椎茸 ブロッコリー 玉葱 しめじ 小松菜 りんご	糸昆布 しょうゆ 塩昆布 昆布 煮干し	357kcal 21.8 g 13.9 g 1.5 g
	17	まぜごはん ししゃも ★ブロッコリーのこんぶあえ ★とうふのみそしる 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★りんご おかし	豚挽肉 ししゃも 絹豆腐 味噌 牛乳	米 三温糖 おかし	人参 乾椎茸 ほうれん草 ブロッコリー 玉葱 しめじ 小松菜 りんご	しょうゆ 塩昆布 昆布 煮干し	384kcal 24.3 g 15.9 g 1.4 g
水	4	★とうふハンバーグ	木綿豆腐 豚挽肉	三温糖 片栗粉	玉葱 トマト缶	ケチャップ しょうゆ	368kcal
	18	ほうれんそうとだいこんのツナサラダ じゃがいものすーぷ 午後おやつ むぎちゃ ★フルーツヨーグルトあえ チーズ	ツナ缶 ヨーグルト チーズ	じゃがいも 三温糖	大根 ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸 りんご みかん缶 バイン缶	マヨドレ 酢 塩 昆布 鰹節 塩 コンソメ 麦茶	19.6 g 16.6 g 1.4 g
木	5	メカジキのあんかけ	メカジキ	三温糖 片栗粉	人参 玉葱 えのき茸	しょうゆ	446kcal
	19	ふゆやさいのあますあえ だいこんのスープ ★りんご 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★ごまだんご	牛乳	三温糖 ごま油 上新粉 白すりごま 三温糖	白菜 小松菜 大根 長ねぎ しめじ りんご	酢 昆布 鰹節 塩 塩	22.5 g 14.4 g 1.5 g
金	6	★ほうとう (6日はほうとうづくりをします)	豚肉 味噌	ほうとう 里芋 三温糖	人参 大根 しめじ 長ねぎ 南瓜	昆布 煮干し しょうゆ	507kcal
	20	★きゃべつのゆかりあえ ★みかん 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう おかし	牛乳	おかし	キャベツ みかん	ゆかり	20.5 g 12.8 g 1.4 g
土	7	パンのひ (パン持参) ギョウザ ぎょうにゅう	牛乳	パン	人参 玉葱 コーン缶	しょうゆ	368kcal
	21	とりにくのあまからいため ブロッコリーのおかかあえ くだもの 午後おやつ むぎちゃ おかし	鶏肉 かつお節	三温糖 油 おかし	ブロッコリー	しょうゆ しょうゆ 麦茶	18.7 g 16.0 g 0.7 g
月	9	★かれのいにつけ	カレイ	三温糖	人参 蓮根 ごぼう	しょうゆ	497kcal
	23	いなかに はくさいのスープ ★みかん 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★にくまん	味噌 牛乳 豚挽肉	里芋 三温糖 小麦粉 三温糖 油 ごま油	白菜 人参 玉葱 えのき茸 みかん 玉葱 乾椎茸	昆布 鰹節 塩 ワカメ B.P 塩 しょうゆ	25.2 g 14.7 g 2.0 g
火	10	★ぶただいこん	豚肉	三温糖 油	大根 人参	しょうゆ	376kcal
	24	こまつなのごまあえ ★わかめのみそしる 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★りんご おかし するめ	絹豆腐 味噌 牛乳 するめ	白すりごま おかし	小松菜 もやし 玉葱 しめじ りんご	しょうゆ しょうゆ 昆布 煮干し ワカメ	21.9 g 17.3 g 1.3 g
水	11	パンのひ (パン持参) ★なっとうバーグ	豚挽肉 ひきわり納豆	パン 片栗粉 三温糖	玉葱	しょうゆ	448kcal
	25	★コーンときゅうりのマヨサラダ ★ふゆやさいのシチュー 午後おやつ むぎちゃ ゆかりおにぎり ★みかん	牛乳	じゃがいも 米	コーン きゅうり 人参 かぶ 白菜 クリームコーン缶 ほうれん草 みかん	酢 マヨドレ 塩 塩 麦茶 ゆかり	18.6 g 15.0 g 0.9 g
木	12	ぶりのみそやき	ブリ 味噌	三温糖	蓮根 南瓜	しょうゆ	478kcal
	26	れんこんとかぼちゃのきんぴら ★わふうミネストローネ 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう ★まかろにきなこ ★みかん	無添加ウィンナー 大豆 牛乳 きな粉	三温糖 油 白いりごま じゃがいも 三温糖 マカロニ 三温糖	人参 玉葱 えのき茸 トマト缶 みかん	昆布 鰹節 ケチャップ 塩 コンソメ 塩	26.4 g 18.0 g 2.1 g
金	13	やきとりどん	鶏肉	三温糖 油	人参 玉葱 長ねぎ	しょうゆ	391kcal
	27	はくさいのおかかあえ ほうれんそうのみそしる 午後おやつ ギョウザ ぎょうにゅう おかし ★りんご	かつお節 味噌 絹豆腐 牛乳	おかし	白菜 ほうれん草 人参 しめじ りんご	しょうゆ しょうゆ 昆布 煮干し	20.8 g 17.3 g 1.3 g
土	14	パンのひ (パン持参) ギョウザ ぎょうにゅう	牛乳	パン	人参 玉葱 ピーマン	カレー粉 しょうゆ	440kcal
		ぶたにくのカレーこいため ポテトサラダ くだもの 午後おやつ むぎちゃ おかし	豚肉	三温糖 油 じゃがいも おかし	人参 きゅうり	マヨドレ 酢 塩 麦茶	18.9 g 20.4 g 0.7 g
	28	ひなまつりかい (土曜保育はありません)					

- *3日(火)、6日(金)、17日(火)、20日(金)は、主食はいりません。
25日(水)はパンを持参してください。
- *土曜保育も1日保育になりますので、3才児以上児は主食を持参してください。
7日、14日、21日はパンを持参してください。
- *6日(金)は、ほうとうづくりを行います。
- *28日はひなまつりかいです。土曜保育はありません。
- *「★印」は、ひまわりさんのアンコール献立です。

