

2026年 2月 の 給 食 予 定 献 立 表 (3才未満児)

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	カレールウ しょうゆ	549kcal
	16	はるさめサラダ ★みかん	牛乳	春雨 三温糖 ごま油	人参 きゅうり キャベツ みかん	酢 しょうゆ 塩	16.9 g
		午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			16.2 g
火	3	～せつぶんきゅうしよく～	牛乳	小麦粉 さつまいも 油		塩	1.6 g
		せつぶんごはん ししゃも	大豆 ししゃも	米 三温糖	人参 乾椎茸	糸昆布 しょうゆ	427kcal
		★ブロッコリーのこんぶあえ			ブロッコリー	塩昆布	18.7 g
水	4	★とうふのみそしる	絹豆腐 味噌		玉葱 しめじ 小松菜	昆布 煮干し	11.6 g
		午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.5 g
		午後おやつ ギョウにゅう せつぶんきなこぼーろ ★りんご おかし	牛乳	きな粉ボーロ おかし	りんご		
木	17	まぜごはん ししゃも	豚挽肉 ししゃも	米 三温糖	人参 乾椎茸 ほうれん草	しょうゆ	446kcal
		★ブロッコリーのこんぶあえ			ブロッコリー	塩昆布	20.4 g
		★とうふのみそしる	絹豆腐 味噌		玉葱 しめじ 小松菜	昆布 煮干し	12.9 g
金	18	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.4 g
		午後おやつ ギョウにゅう ★りんご おかし	牛乳	おかし	りんご		
土	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	496kcal
		ほうれんそうとだいこんのツナサラダ	ツナ缶		大根 ほうれん草	マヨドレ 酢 塩	21.9 g
		じゃがいものすーぷ		じゃがいも	人参 玉葱 えのき茸	昆布 鰹節 塩 コンソメ	17.8 g
日	18	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3 g
		午後おやつ むぎちゃ ★フルーツヨーグルトあえ チーズ	ヨーグルト チーズ	三温糖	りんご みかん缶 パイン缶	麦茶	
月	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	533kcal
		ふゆやさいのあますあえ		三温糖	白菜 小松菜	酢	22.0 g
		だいこんのスープ ★りんご		ごま油	大根 長ねぎ しめじ りんご	昆布 鰹節 塩	13.5 g
火	19	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3 g
		午後おやつ ギョウにゅう ★ごまだんご	牛乳	上新粉 白すりごま 三温糖		塩	
水	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	410kcal
		★きゃべつのゆかりあえ ★みかん			キャベツ みかん	ゆかり	17.1 g
		午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			10.8 g
木	20	午後おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.2 g
金	7	バターロールパン ギョウにゅう	牛乳	バターロールパン	人参 玉葱 コーン缶	しょうゆ	440kcal
		とりにくのあまからいため	鶏肉	三温糖 油	ブロッコリー	しょうゆ	20.2 g
		ブロッコリーのおかかあえ くだもの	かつお節				16.5 g
土	21	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.0 g
		午後おやつ むぎちゃ おかし		おかし		麦茶	
日	9	★かれのいのにつけ	カレイ	三温糖	人参 蓮根 ごぼう	しょうゆ	564kcal
		いなか	味噌	里芋 三温糖	白菜 人参 玉葱 えのき茸 みかん	昆布 鰹節 塩 ワカメ	24.0 g
		はくさいのスープ ★みかん					13.7 g
月	23	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.7 g
		午後おやつ ギョウにゅう ★にくまん	牛乳 豚挽肉	小麦粉 三温糖 油 ごま油	玉葱 乾椎茸	B.P 塩 しょうゆ	
火	10	★ぶただいこん	豚肉	三温糖 油	大根 人参	しょうゆ	444kcal
		こまつなのごまあえ		白すりごま	小松菜 もやし	しょうゆ	20.1 g
		★わかめのみそしる	絹豆腐 味噌		玉葱 しめじ	昆布 煮干し ワカメ	14.9 g
水	24	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3 g
		午後おやつ ギョウにゅう ★りんご おかし するめ	牛乳 するめ	おかし	りんご		
木	11	しょくパン ★なっとうバーグ	豚挽肉 ひきわり納豆	食パン 片栗粉 三温糖	玉葱	しょうゆ	534kcal
		★コーンときゅうりのマヨサラダ			コーン きゅうり	酢 マヨドレ 塩	21.0 g
		★ふゆやさいのシチュー	牛乳	じゃがいも	人参 かぶ 白菜 クリームコーン缶 ほうれん草	塩	17.5 g
金	25	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.2 g
		午後おやつ むぎちゃ ゆかりおにぎり ★みかん		米	みかん	麦茶 ゆかり	
土	12	ぶりのみそやき	ブリ 味噌	三温糖	蓮根 南瓜	しょうゆ	545kcal
		れんこんとかぼちゃのきんぴら		三温糖 油 白いりごま	人参 玉葱 えのき茸 トマト缶	昆布 鰹節 ケチャップ 塩 コンソメ	24.8 g
		★わふうミネストローネ	無添加ウインナー 大豆	じゃがいも 三温糖			15.9 g
日	26	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.8 g
		午後おやつ ギョウにゅう ★まかろにきなこ ★みかん	牛乳 きな粉	マカロニ 三温糖	みかん	塩	
月	13	やきとりどん	鶏肉	三温糖 油	人参 玉葱 長ねぎ	しょうゆ	470kcal
		はくさいのおかかあえ	かつお節		白菜	しょうゆ	20.1 g
		ほうれんそうのみそしる	味噌 絹豆腐		ほうれん草 人参 しめじ	昆布 煮干し	14.8 g
火	27	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3 g
		午後おやつ ギョウにゅう おかし ★りんご	牛乳	おかし	りんご		
水	14	バターロールパン ギョウにゅう	牛乳	バターロールパン	人参 玉葱 ピーマン	カレー粉 しょうゆ	517kcal
		ふたにくのカレーこいため	豚肉	三温糖 油	人参 きゅうり	マヨドレ 酢 塩	20.6 g
		ポテトサラダ くだもの		じゃがいも			20.5 g
土	28	午前おやつ ギョウにゅう おかし	牛乳	おかし			1.0 g
		午後おやつ むぎちゃ おかし		おかし		麦茶	
日	28	ひなまつりかい (土曜保育はありません)					

*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。

