

献立表



今月の給食目標：バランスよく食べる



2026年02月

※献立はいつでも差し上げられますのでお声掛けください。

太子保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質 ()は未満児	材料名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
02 月	御飯 鯖の味噌煮 小松菜のごま和え 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	535.3(486.2) 22.1(18.6) 16.3(13.7)	米、ホットケーキ粉 三温糖、メープルシロップ ごま、砂糖、さつまいも	米みそ、バター 卵 牛乳 さば	こまつな、ねぎ かぼちゃ、にんじん コーン、しょうが	みりん、しょうゆ	さつま芋	ホットケーキ 牛乳	防犯訓練
03 火	じやこ大豆ご飯 はんぺんフライ にんじんしりしり けんちん汁	518.8(438.6) 22.9(18.8) 19.2(16.8)	米、さといも、水あめ 油、パン粉、小麦粉 三温糖、ごま油、ごま	ツナ、木綿豆腐、きな粉 油揚げ、かつお節 しらす干し 豚肉 はんぺん	にんじん、だいこん キャベツ、ごぼう、ねぎ あさつき、だいこん	かつおだし汁、しょうゆ みりん、和風だし、食塩 中濃ソース	茹大根	きなこ棒	節分会
04 水	御飯 マー婆ー豆腐 カボサツサラダ 味噌汁(あさつき・えのき)	553.0(484.8) 21.0(18.0) 17.3(13.9)	米、さつまいも マヨネーズ、片栗粉 三温糖、油、ごま油 じゃがいも	木綿豆腐 みそ 豚ひき肉、ハム	みかん、かぼちゃ、ねぎ なら、しいたけ、きゅうり えのきたけ、あさつき にんにく、しょうが	しょうゆ、食塩、こしょう	蒸しじやがいも	しょうゆせんべい みかん	保育参観 (0歳・4歳)
05 木	御飯 つるるんチャイナ たまご焼き ほうれん草のスープ	405.6(346.7) 14.7(12.1) 8.7(7.1)	米、はるさめ、三温糖、油	卵 豚肉	みかん、もやし、にら ほうれんそう、にんじん たけのこ、しいたけ しょうが	しょうゆ、食塩、こしょう	茹人参	塩せんべい みかん	保育参観 (1歳・3歳)
06 金	御飯 黄金煮 ナムル風サラダ 味噌汁(豆腐・油揚げ)	405.6(362.8) 16.0(16.1) 12.4(11.8)	米、じやがいも、焼ふ 黒砂糖、三温糖 ごま、ごま油	木綿豆腐、生揚げ、バター みそ、油揚げ、かつお節 豆乳 豚肉 牛乳 カニカマ(アラスカ)	チングンサイ、たまねぎ にんじん、きゅうり 板こんにゃく、たけのこ	しょうゆ、ケチャップ 酢、食塩	豆乳	黒糖麺ラスク	保育参観 (2歳)
07 土	ナポリタン 野菜スープ	277.4(222.4) 9.4(7.6) 8.8(7.0)	スペグティー じやがいも	ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ ピーマン、にんじん	ケチャップ、食塩 こしょう			
09 月	御飯 鮭のゆうあん焼き 切干大根の煮物 味噌汁(キャベツ・しめじ)	414.9(432.8) 21.7(20.3) 12.1(11.4)	米、ホットケーキ粉 じやがいも、油 三温糖、砂糖	べにさけ、米みそ 油揚げ、かつお節 牛乳	キャベツ、レタス、にんじん しめじ、しいたけ 切り干しだいこん	しょうゆ、みりん、食塩	蒸しパン	じゃが芋チップス 牛乳	
10 火	カレーうどん ほうれん草のお浸し バナナ	530.7(488.9) 15.1(13.0) 8.6(7.0)	ゆでうどん、米、片栗粉 油、三温糖、さつまいも	なると 豚肉	かつお節 バナナ、ほうれんそう たまねぎ、にんじん、ねぎ	めんつゆ、しょうゆ みりん カレールウ	さつま芋	わかめおにぎり	
12 木	ミートドリア かにかまサラダ 野菜スープ	473.4(398.4) 15.8(13.4) 17.8(15.0)	米、小麦粉、強力粉 砂糖、油	とろけるチーズ、バター	レタス、たまねぎ、きゅうり はくさい、マッシュルーム コーン、にんじん	しょうゆ、酢 ドライイースト、食塩	茹人参	ドーナツ 牛乳	
13 金	御飯 すき焼き風 さつま芋の甘煮 味噌汁(キャベツ・人参)	531.4(440.9) 17.6(15.0) 16.1(13.7)	米、さつまいも、小麦粉 三温糖、砂糖、油	焼き豆腐、みそ、バター 卵 牛乳 豚肉	はくさい、しらたき、ねぎ キャベツ、えのきたけ にんじん、だいこん	しょうゆ、みりん	茹大根	チョコチップクッキー (3. 4. 5歳) クッキー (0. 1. 2歳) 牛乳	
14 土	味噌ラーメン バナナ	323.8(316.5) 10.4(9.9) 6.3(5.8)	生中華めん、油、ごま油	豚ひき肉	バナナ、もやし キャベツ、にんじん たまねぎ、にら、コーン	しょうゆ、食塩 白こしょう			
16 月	御飯 かじきの煮付け ひじき煮 味噌汁(わかめ・卵)	457.4(443.7) 18.3(15.3) 13.0(11.6)	油、砂糖	かじき、みそ、さつま揚げ かつお節 卵 牛乳	りんごジャム、しいたけ にんじん、ひじき、わかめ	しょうゆ、みりん	さつま芋	アップルパイ 牛乳	
17 火	食パン 鶏肉のオニオントマト煮 和風スパゲッティー エメラルドスープ	618.6(504.6) 25.1(20.4) 16.6(13.5)	食パン、米、スペグティー 油、三温糖、もち米 じやがいも	鶏もも肉、ツナ ベーコン	たまねぎ、トマトピューレ ほうれんそう、しめじ しいたけ、にんにく	しょうゆ、ケチャップ 食塩 和風だし、カレー粉 白こしょう ウスターソース	蒸しじやがいも	しょうゆおこわ 麦茶	
18 水	御飯 豚肉の生姜焼き フライドおさつ 味噌汁(白菜・人参)	436.7(407.2) 17.2(14.6) 16.1(13.0)	米、三温糖、油、さつまいも	チーズ、みそ ベーコン、豚肉	たまねぎ、キャベツ たまねぎ、はくさい ピーマン しょうが、にんじん	ケチャップ、しょうゆ みりん、食塩	茹人参	薄皮ピザ	
19 木	御飯 肉団子 大根とさつま揚げ煮物 味噌汁(豆腐・なめこ)	599.0(537.8) 24.9(23.6) 22.5(20.8)	米、片栗粉、三温糖 油、ごま	木綿豆腐、みそ、バター かつお節、豆乳 さつま揚げ 豚ひき肉	レタス、だいこん にんじん、たまねぎ なめこ、ピーマン あおのり、しょうが	しょうゆ	豆乳	手作りおこし	避難訓練
20 金	麦御飯 ハヤシ ほうれん草サラダ 野菜スープ	699.9(566.3) 19.5(16.3) 34.1(28.0)	米、小麦粉 マヨネーズ、砂糖、押麦 片栗粉、油	バター、コンデンスマilk 卵 豚肉 牛乳	たまねぎ、ほうれんそう マッシュルーム、しめじ コーン、チングンサイ トマトピューレ、だいこん	ハヤシルウ、ケチャップ 食塩、しょうゆ 中濃ソース	茹大根	甘食 牛乳	卒園旅行 (5歳児)
21 土	チャーハン 野菜スープ	303.6(229.1) 9.8(7.5) 7.4(5.7)	米、油、ごま油	豚ひき肉 卵 なると	チングンサイ、コーン ねぎ、しいたけ	しょうゆ、コンソメ、食塩 こしょう			
24 火	御飯 回鍋肉 わかめサラダ ワンタンスープ	549.1(450.7) 12.5(10.6) 27.1(22.5)	じやがいも、米、片栗粉 ワンタンの皮、油 三温糖、ごま油	みそ、バター 豚肉 牛乳	キャベツ、レタス、きゅうり にんじん、ピーマン 万能ねぎ、しいたけ、わか めだいこん	しょうゆ、中華、食塩 白こしょう	茹大根	じゃが芋のバター しょうゆ餅 牛乳	
25 水	御飯 春巻き 五目納豆 味噌汁(えのき・麸)	487.3(423.3) 18.4(16.6) 18.0(14.2)	米、小麦粉、油、砂糖 ごま油、焼ふ、じやがいも	納豆、みそ、油揚げ 鶏がら、かつお節 しらす干し 豚肉、豚ひき肉	キャベツ、だいこん にんじん、えのきたけ たけのこ、ねぎ、こまつな ねぎ、干しいたけ しょうが	めんつゆ、みりん オイスターソース、食塩	蒸しじやがいも	すいとん	
26 木	御飯(雑穀入り) ハンバーグ ポテトサラダ みかん 味噌汁(大根・わかめ)	667.8(570.7) 22.6(19.3) 30.5(27.0)	米、じやがいも、小麦粉 マヨネーズ、パン粉 砂糖、ざらめ糖、油	生クリーム、みそ 牛乳 豚ひき肉、ハム	レタス、みかん、いちご たまねぎ、だいこん にんじん、きゅうり、わか めりしりこんぶ、にんじん	ケチャップ、食塩 白こしょう ウスターソース	茹人参	イチゴクレープ 牛乳	誕生会
27 金	たぬきうどん れんこんの金平 バナナ	468.9(422.3) 13.2(13.6) 5.8(6.3)	ゆでうどん、米、三温糖 ごま油、ごま	チーズ、かつお節、豆乳 なると	バナナ、れんこん こまつな、にんじん、ねぎ	めんつゆ、みりん しょうゆ	豆乳	おかかチーズおにぎ り	
28 土	焼きそば 野菜スープ	275.7(212.0) 10.2(8.0) 7.7(6.1)	じやがいも、油	豚肉	キャベツ、もやし たまねぎ、あおのり	食塩			

※献立は都合により変更することがあります。※未満児は午前おやつ・昼食・午後おやつ時に麦茶を提供します。