

2026年2月献立表



にじいろ保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ( )は未満児	材 料 名				9時おやつ	3時おやつ	備考
			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	味噌ラーメン かぼちゃと枝豆のサラダ フルーツヨーグルト	668.4(563.27.4(23.3)17.5(15.5)1.8(1.4)	生中華めん、〇七分つき米、マヨネーズ、砂糖、〇板こんにゃく、ごま、◎砂糖	〇豆乳、大豆ヨーグルト、豚ひき肉、〇鶏もも肉、ハム、◎大豆ヨーグルト	かぼちゃ、キャベツ、バナナ、りんご、ねぎ、〇にんじん、オレンジ、〇ごぼう、にんにく、にんじん、きゅうり、えだまめ、コーン、〇いんげん、しょうが、〇干しいたけ	かつお・昆布だし汁、〇かつお・昆布だし汁、めんつゆ・ストレート、〇しょうゆ、〇みりん、食塩、こしょう	豆乳	豆乳 五目おにぎり（備考）	麺の日
03火	節分鬼ごはん れんこんつくね（金棒） 重ね煮の味噌汁	507.7(479.18.7(19.1)20.8(20.3)2.0(1.6)	七分つき米、焼きそばめん、油、片栗粉	〇豆乳、〇豆乳ホイップクリーム、鶏ひき肉、だいず水煮缶詰、黒豆、ウインナー、淡色みそ、◎豆乳	たまねぎ、にんじん、〇バナナ、れんこん、キャベツ、〇いちご、ごぼう、しいたけ、グリーンピース、こんぶ（だし用）、ひじき、あおのり、しょうが	ケチャップ、食塩、コンソメ	豆乳	豆乳、恵方巻クレープ	節分メニュー 
04水	御飯 ミラノ風チキンカツ 紫キャベツのミックスサラダ 小松菜の味噌汁	545.0(480.27.5(25.6)17.2(15.8)2.2(1.8)	七分つき米、〇ベーグル、小麦粉、パン粉、油、マヨネーズ、フランスパン、砂糖	〇豆乳、鶏むね肉、粉チーズ、ハム、淡色みそ、油揚げ、カッテージチーズ、◎豆乳	レタス、こまつな、レッドキャベツ、たまねぎ、ひらたけ、パセリ、黄ピーマン、スプラウト	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、中濃ソース、食塩、こしょう	豆乳	豆乳、ミニベーグル（チーズ）	
05木	御飯 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのじゃこ和え 大根の味噌汁	507.1(449.28.9(26.7)14.1(13.3)1.7(1.4)	七分つき米、〇全粒ミックス粉、〇ホットケーキ粉、〇砂糖、〇なたね油、ごま油、砂糖	〇豆乳、鶏もも肉、生揚げ、淡色みそ、しらす干し、◎豆乳	ブロッコリー、だいこん、〇バナナ、にんじん、トウモロコシ、マーマレードジャム、コーン、〇干しぶどう	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 レーズンバナナケーキ	
06金	麦ごはん かじきのカレー焼き ひじきの五目煮 キャベツの味噌汁	525.6(493.27.0(25.7)18.1(17.0)2.9(2.4)	七分つき米、〇ロールパン、〇なりごま、押麦、砂糖、〇砂糖、ごま油	〇豆乳、かじき、だいず水煮、淡色みそ、さつま揚げ、油揚げ、高野豆腐、◎豆乳	キャベツ、くきわかめ、にんじん、ひじき、切り干しだいこん、◎りんご	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、おろししょうが、カレー粉	豆乳、りんご	豆乳 黒ごまクリームサンド	麦ごはんの日
07土	マーボー豆腐丼 野菜たっぷりスープ オレンジ	465.2(414.19.8(19.4)12.6(12.1)1.7(1.4)	七分つき米、砂糖、ごま油、片栗粉	〇豆乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ（淡色辛みそ）、◎豆乳	〇オレンジ、ねぎ、キャベツ、かぶ・葉、にんじん、コーン、黒きくらげ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ・トウバンジャン、中華だしの素、鶏ガラスープ、食塩	豆乳	豆乳、おせんべい	
09月	御飯 鮭の塩こうじ焼き ブロッコリーのソテー みそワタンスープ	518.6(362.22.5(21.6)12.9(11.7)1.3(1.0)	七分つき米、〇焼肉、〇砂糖、ワタンの皮、塩こうじ、オリーブ油、砂糖	さけ、豚肉（もも）、ベーコン、〇豆乳バター、淡色みそ、◎豆乳	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、ねぎ、だいこん	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ、中華だしの素、鶏ガラスープ、おろしにんにく、コンソメ、食塩	豆乳	酵素ジュース お麩のパターラスク	
10火	御飯 豚肉と大根の甘辛炒め キャベツの昆布和え きのこの味噌汁	496.9(366.20.1(17.1)16.3(14.1)1.3(1.4)	七分つき米、砂糖、ごま油、◎オリーブ油	〇豆乳、豚肉（肩ロース）、淡色みそ、◎麦みそ、◎かつお節	〇デコボン、だいこん、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、きゅうり、ひらたけ、えのきだけ、干しいたけ、塩こんぶ、◎あおのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	ミネラル味噌スープ	豆乳、デコボン 	
12木	キーマカレーライス 切干大根のサラダ 白菜のスープ	584.7(517.21.7(19.4)23.5(20.4)2.8(2.3)	七分つき米、〇小麦粉、〇粉糖、〇片栗粉、砂糖、すりごま、ごま油、◎砂糖	〇豆乳、豚ひき肉、ベーコン、ハム、〇豆乳バター、◎大豆ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、はくさい、しいたけ、こまつな、きゅうり、切り干しだいこん、りんご、ピーマン、〇マーマレードジャム、〇ブルーベリージャム、〇いちごジャム	かつお・昆布だし汁、カレールウ、ケチャップ、中濃ソース、酢、しょうゆ、コンソメ、食塩、鶏ガラスープ	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 ハッロングロットル	
13金	十五穀ごはん カレーの味噌マヨ焼き ほうれん草の白和え きくらげのスープ	521.5(430.26.1(24.8)12.5(12.0)1.6(1.3)	七分つき米、〇玄米フレーク、〇砂糖、マヨネーズ、五穀、砂糖、すりごま	〇豆乳、〇ヨーグルト（無糖）、かれい、木綿豆腐、ちくね、淡色みそ、◎豆乳	ほうれんそう、トウモロコシ、たまねぎ、ごぼう、〇いちごジャム、にんじん、コーン、万能ねぎ、黒きくらげ、◎いちご	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、中華だしの素、鶏ガラスープ	豆乳、いちご	豆乳 玄米フレークヨーグルト	雑穀ごはんの日
14土	ナポリタン レタスとじゃこのサラダ マーマレードヨーグルト	458.7(411.17.9(17.9)10.3(10.2)1.2(0.9)	スパゲティ、砂糖、〇砂糖、ごま油	〇豆乳、ヨーグルト（無糖）、ウインナー、しらす干し、◎豆乳	〇ぶどう濃縮果汁、レタス、たまねぎ、きゅうり、マーマレードジャム、トマトピューレ、にんじん、ホールトマト缶詰、ピーマン、〇粉かんでん（イナアガー）	ケチャップ、酢、しょうゆ、コンソメ	豆乳	豆乳、ぶどうゼリー	
16月	御飯 さばの照り焼き 茎わかめ入りきんぴら 水菜のみそ汁	523.0(446.25.1(23.7)18.6(16.9)3.2(2.6)	七分つき米、〇ロールパン、ごま油、砂糖、ごま	〇豆乳、さば、豚ひき肉、淡色みそ、◎豆乳	れんこん、だいこん、くきわかめ、もやし、ねぎ、にんじん、〇いちごジャム、みずな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、本みりん	豆乳	豆乳 いちごジャムサンド	
17火	菜の花しらすごはん 鶏のから揚げ レンコンサラダ 豆腐の味噌汁	516.1(456.29.1(26.9)20.4(18.3)2.3(1.8)	七分つき米、片栗粉、米粉、マヨネーズ、油、すりごま、ごま、さつまいも	〇豆乳、鶏もも肉、木綿豆腐、ハム、米みそ（淡色辛みそ）、しらす干し、◎豆乳	れんこん、なばな、生わかめ、万能ねぎ、きゅうり、にんじん、にんにく、しょうが、こんぶ（だし用）	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	豆乳	豆乳、ふかしさつま芋 	
18水	お弁当の日		〇いちご	〇豆乳、◎豆乳			豆乳	豆乳、いちご 	お弁当の日
19木	全粒粉パン（未：ほうれん草パン） マカロニグラタン 野菜スティックサラダ 豆苗のスープ	594.9(445.23.8(21.1)19.2(17.0)2.4(1.9)	〇七分つき米、ロールパン、マカロニ、小麦粉、砂糖、〇ごま油、なたね油、〇砂糖、◎砂糖	〇豆乳、牛乳、鶏もも肉、ベーコン、鶏ささ身、とろけるチーズ、豆乳バター、〇しらす干し、◎大豆ヨーグルト	にんじん、だいこん、たまねぎ、トウモロコシ、きゅうり、キャベツ、〇だいこん（たくあん）、〇焼きのり	かつお・昆布だし汁、酢、〇しょうゆ、しょうゆ、コンソメ、食塩、鶏ガラスープ、こしょう	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 こうし飯おにぎり	パンの日 （ビジョンポスト）
20金	御飯 豆腐ハンバーグ 小松菜のごま和え なめこの味噌汁	487.5(461.25.2(24.1)13.9(13.2)1.8(1.4)	七分つき米、パン粉、砂糖、〇砂糖、すりごま、片栗粉	〇豆乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、豆乳、ツナ水煮缶、淡色みそ、◎豆乳	〇りんご濃縮果汁、こまつな、たまねぎ、にんじん、なめこ、ねぎ、〇粉かんでん（イナアガー）、コーン缶、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん	豆乳、バナナ	豆乳、りんごゼリー	
21土	焼きそば ワタンスープ バナナヨーグルト	493.9(439.22.0(21.2)12.3(11.8)1.7(1.4)	焼きそばめん、ワタンの皮、砂糖、油、ごま油	〇豆乳、ヨーグルト（無糖）、豚肉（もも）、鶏ひき肉、◎豆乳	キャベツ、たまねぎ、バナナ、もやし、チンゲンサイ、にんじん、黒きくらげ	かつお・昆布だし汁、焼きそばソース、しょうゆ、中華だしの素、鶏ガラスープ、食塩	豆乳	豆乳、おせんべい	
24火	御飯 カレーの煮つけ きりざい 豚汁	509.4(338.26.2(21.7)11.0(9.6)1.6(1.6)	七分つき米、じゃがいも、しらたき、砂糖、ごま、ごま油、◎オリーブ油	〇豆乳、かれい、挽きわり納豆、豚肉（肩ロース）、チーズ、米みそ（淡色辛みそ）、◎麦みそ、◎かつお節	〇みかん、にんじん、だいこん、こまつな、だいこん（たくあん）、ごぼう、ねぎ、◎あおのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、おろししょうが	ミネラル味噌スープ	豆乳、みかん	
25水	豚丼 キャベツと菜花のゴマ酢和え めかぶのスープ	495.1(454.24.5(23.7)18.9(17.3)1.6(1.3)	七分つき米、〇食パン、砂糖、ごま油、すりごま	〇豆乳、豚肉（肩ロース）、〇きな粉、◎豆乳	キャベツ、たまねぎ、めかぶわかめ、なばな、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、酢、おろししょうが、中華だしの素、鶏ガラスープ、食塩	豆乳	豆乳 甘糰きな粉トースト	
26木	御飯 白身魚のフライ 大根と人参のきんぴら トマトチキンスープ	534.8(452.25.3(22.0)14.9(13.6)1.8(1.5)	七分つき米、〇さつまいも、パン粉、小麦粉、〇砂糖、〇油、油、砂糖、ごま油、ごま、◎砂糖、マヨネーズ	〇豆乳、メルルーサ、鶏もも肉、ベーコン、〇するめ、◎大豆ヨーグルト	だいこん、はくさい、にんじん、トマトピューレ、トウモロコシ、スナップエンドウ	かつお・昆布だし汁、中濃ソース、しょうゆ、本みりん、食塩、鶏ガラスープ、コンソメ、こしょう	三年番茶 大豆ヨーグルト	豆乳 芋けんぴ、するめ	
27金	ほうれん草のジェノベーゼパスタ スプラウトサラダ フルーツヨーグルト	557.0(506.20.6(20.4)19.7(17.8)1.9(1.6)	スパゲティ、〇七分つき米、オリーブ油、砂糖、なたね油	〇豆乳、大豆ヨーグルト、ベーコン、ハム、〇しらす干し、粉チーズ、◎豆乳	ほうれんそう、バナナ、トマト、たまねぎ、レタス、りんご、キウイフルーツ（黄）、スプラウト、パジル・パジリコ、にんにく、◎デコボン	酢、食塩、コンソメ	豆乳、デコボン	豆乳 ごましらすおにぎり	麺の日
28土	三色丼 ほうれん草の味噌汁の味噌汁 いちご	433.1(405.20.1(20.1)12.0(11.6)1.2(1.0)	七分つき米、砂糖、油	〇豆乳、鶏ひき肉、卵、淡色みそ、高野豆腐、◎豆乳	〇いちご、ほうれんそう、グリーンピース、切り干しだいこん、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	豆乳	豆乳、ピーチゼリー	

※発注や行事の関係で献立を変更することがあります。 ※午前のおやつは未満児クラスのみになります。  
※給食に使用する砂糖は、てんさい糖です。※ コンソメ、中華だしは、化学調味料無添加のもの、マヨネーズは卵乳不使用の豆乳マヨを使用しています。  
※おやつに使用する食パンは、卵乳不使用の無添加パンです。

