



令和8年2月 給食献立表

あい保育園祇園



3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質	エネルギーたんぱく質	
2(月)	ココア麩ラスク 牛乳	ごはん 豚肉の野菜炒め 高野豆腐のサラダ じゃがいもの味噌汁	さつま芋クッキー 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 若布 油あげ 鶏卵	バター 米 サラダ油 三温糖 マヨネーズ ふ じゃがいも さつまいも 薄力粉 黒ゴマ	たまねぎ はくさい にんじん ねぎ 赤ピーマン にんにく 小松菜	477kcal 19.5g	588kcal 22.5g	
3(火)	きな粉 ヨーグルト	節分会 鬼さんカレー 鶏のつみれ汁 みかん	鬼饅頭 牛乳	ヨーグルト きな粉 豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉 大豆 鶏ひき肉	三温糖 じゃがいも 米 サラダ油 かたくり粉 薄力粉 さつまいも	にんじん たまねぎ しょうが グリーンピース 大根 レーズン ねぎ みかん 小松菜	422kcal 15.7g	581kcal 21.9g	
4(水)	シナモン トースト 牛乳	ごはん 肉じゃが スパゲティサラダ 大根の味噌汁	レーズンスコーン 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 豆腐 豆乳	食パン バター スパゲティ 三温糖 米 じゃがいも しらたき 薄力粉 サラダ油	にんじん たまねぎ きゅうり グリーンピース 小松菜 ねぎ えのきたけ 大根 レーズン	481kcal 17.3g	592kcal 20.9g	
5(木)	人参スティック 牛乳	ごはん 鶏肉の南部焼き ポテトサラダ 豆腐のすまし汁	メロンパン風 トースト 牛乳	牛乳 鶏肉 ハム 豆腐 豆乳	米 ホットケーキミックス 黒ゴマ じゃがいも バター 食パン 三温糖	にんじん きゅうり 小松菜 たまねぎ ねぎ	400kcal 16.2g	538kcal 21.1g	
6(金)	ころころ さつまいも 牛乳	ごはん ニラレバ 春雨の酢の物 きくらげの中華スープ	フレンチトースト 牛乳	牛乳 レバー 鶏肉 竹輪 鶏卵 豆乳	三温糖 サラダ油 ごま油 かたくり粉 はるさめ 米 食パン バター さつまい	しょうが にら 赤ピーマン たまねぎ にんじん キャベツ 小松菜 コーン 黒きくらげ えのきたけ ねぎ	446kcal 17.3g	569kcal 22.1g	
7(土)	抹茶蒸しパン 牛乳	そぼろ丼 コールスローサラダ たまねぎの味噌汁	豆腐ブラウニー 牛乳	豆乳 牛乳 鶏ひき肉 ひじき 生揚げ 豆腐	薄力粉 三温糖 サラダ油 ホットケーキミックス 米 バター	たまねぎ にんじん 小松菜 キャベツ コーン えのきたけ ねぎ	482kcal 17.3g	568kcal 20.4g	
9(月)	グレープ寒天 牛乳	ごはん 八宝菜 炒めビーフン かきたま汁	バナナパウンド 牛乳	寒天 牛乳 豚肉 竹輪 若布 鶏卵 豆乳	三温糖 米 ごま油 バター ピーマン かたくり粉 ホットケーキミックス	はくさい たまねぎ にんじん しいたけ ピーマン しょうが 黒きくらげ 小松菜 キャベツ 赤ピーマン ねぎ バナナ グレープジュース	476kcal 18.0g	616kcal 23.3g	
10(火)	麩ラスク 牛乳	黒ごまチーズパン 鶏肉のトマト煮 キャベツのゆかり和え かぶのコンソメスープ	おおか昆布むすび 牛乳	牛乳 チーズ 鶏肉 ひじき 油あげ 塩昆布 かつお節	ふ バター 三温糖 強力粉 黒ゴマ じゃがいも サラダ油 米	にんじん たまねぎ トマト缶 ブロッコリー キャベツ かぶ 小松菜	455kcal 19.7g	558kcal 23.8g	
12(木)	ボン菓子 牛乳	お誕生会ランチプレート	いちごの ロールケーキ 牛乳	牛乳 鶏肉 ひじき 鶏卵	バター 三温糖 マカロニ 生クリーム 薄力粉 米 サラダ油 いちごジャム マヨネーズ	にんじん たまねぎ にんにく グリーンピース ブロッコリー 小松菜 コーン オレンジ いちご	491kcal 17.9g	597kcal 22.5g	
13(金)	マカロニ みたらし 牛乳	ひじきご飯 ちくわの磯辺揚げ 切干大根のサラダ 厚揚げのすまし汁	ココアプリン 牛乳	牛乳 ひじき 油あげ 鶏卵 竹輪 生揚げ あおのり チーズ ゼラチン	マカロニ 三温糖 薄力粉 かたくり粉 米 サラダ油 バター マヨネーズ いちごジャム 生クリーム	にんじん きゅうり たまねぎ 小松菜 レモン 切干大根	470kcal 17.5g	594kcal 21.6g	
14(土)	じゃがいもの 磯和え 牛乳	ミートスパゲティ ごぼうサラダ バナナ	おおかチーズ むすび 牛乳	あおのり 牛乳 豚ひき肉 竹輪 チーズ かつお節	じゃがいも スパゲティ 米 サラダ油 三温糖	たまねぎ にんじん にんにく しめじ ごぼう 小松菜 きゅうり コーン バナナ	446kcal 18.1g	570kcal 22.7g	
16(月)	ココア蒸しパン 牛乳	ごはん 鶏手羽元の照り煮 小松菜のおかかあえ 豆腐の味噌汁	マーブルクッキー 牛乳	豆乳 牛乳 鶏手羽元 豆腐 竹輪 ひじき 鶏卵 かつお節 油あげ	薄力粉 三温糖 米 バター マヨネーズ じゃがいも	小松菜 もやし にんじん たまねぎ	453kcal 17.9g	543kcal 21.5g	
17(火)	マヨトースト 牛乳	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜サラダ 大根のすまし汁	抹茶マフィン 牛乳	牛乳 さけ ハム ひじき 鶏卵 油あげ	食パン 米 三温糖 バター マヨネーズ 薄力粉	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン かぼちゃ きゅうり 大根 はくさい ねぎ	456kcal 19.7g	575kcal 24.3g	
18(水)	いちご ヨーグルト	わかめご飯 レタスサラダ 豆乳のクリームシチュー バナナ	レーズンパウンド ケーキ 牛乳	ヨーグルト 若布 鶏肉 豆乳 ひじき ハム 鶏卵 牛乳	いちごジャム 三温糖 米 バター じゃがいも 薄力粉 白ゴマ サラダ油	たまねぎ にんじん 小松菜 グリーンピース レタス 大根 バナナ レーズン	439kcal 15.5g	613kcal 22.1g	
19(木)	クッキング じゃがバター 牛乳	出汁・おにぎり作り おにぎり 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のお浸し さつま芋の味噌汁	広島の生産物見つけ「わけぎ」 ココアクッキー 牛乳	牛乳 かつお節 昆布 豚肉 鶏卵	じゃがいも バター 三温糖 サラダ油 白ゴマ 米 さつまいも 薄力粉	たまねぎ もやし キャベツ しょうが ほうれん草 ねぎ はくさい にんじん わけぎ	458kcal 18.4g	575kcal 23.2g	
20(金)	大根スティック 牛乳	ごはん マーボー豆腐 韓国風サラダ えのきの中華スープ	レモンケーキ 牛乳	牛乳 豚ひき肉 豆腐 ハム ひじき のり 鶏卵	米 三温糖 ごま油 白ゴマ 薄力粉 バター かたくり粉 サラダ油	大根 たまねぎ えのき ねぎ にんじん しいたけ きゅうり もやし 黒きくらげ レモン	428kcal 17.9g	576kcal 23.1g	
21(土)	黒糖麩ラスク 牛乳	チキンライス フレンチサラダ コンソメスープ	塩ちんすこう 牛乳	牛乳 鶏ひき肉 高野豆腐	ふ バター 黒砂糖 三温糖 サラダ油 じゃがいも 米 薄力粉	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース コーン しめじ きゅうり しめじ 小松菜	474kcal 15.8g	580kcal 17.8g	
24(火)	ブルーベリー ヨーグルト	ゆかりごはん ポテトオムレツ ねばねばサラダ キノコスープ	豆腐ドーナツ 牛乳	ヨーグルト 鶏卵 ひじき ベーコン 納豆 かつお節 豆腐 きな粉 牛乳	ブルーベリージャム 三温糖 サラダ油 じゃがいも 米 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん しいたけ もやし なめこ 小松菜 しめじ 赤ピーマン	410kcal 14.8g	567kcal 20.8g	
25(水)	ミルク蒸しパン 牛乳	ごはん タラのカレーパン粉焼き さつま芋サラダ 白菜の味噌汁	かぼちゃケーキ 牛乳	牛乳 脱脂粉乳 たら チーズ 鶏卵 油あげ	薄力粉 三温糖 米 パン粉 サラダ油 さつまいも バター マヨネーズ	きゅうり たまねぎ レーズン はくさい にんじん かぼちゃ	511kcal 19.8g	617kcal 23.4g	
26(木)	アップル寒天 牛乳	ごはん 厚揚げのスタミナ炒め 大根と水菜のサラダ わかめスープ	あんぱん 牛乳	寒天 牛乳 生揚げ 豚肉 鶏卵 ひじき 若布 小豆	三温糖 マヨネーズ 強力粉 ごま油 バター 黒ゴマ 米	アップルジュース キャベツ しめじ たまねぎ にんじん にんにく 大根 水菜 ねぎ えのき	451kcal 16.5g	584kcal 21.3g	
27(金)	シュガー トースト 牛乳	リクエスト献立 ★すみれ組★	きつねうどん 牛乳	牛乳 鶏肉 ひじき 寒天 ちりめんじゃこ かつお節 油あげ	食パン バター 三温糖 米 サラダ油 マヨネーズ うどん	もやし はくさい みかん缶詰 しめじ 小松菜 水菜 バナナ パイナップル グレープジュース ねぎ	497kcal 17.3g	634kcal 21.4g	
28(土)	マカロニきなこ 牛乳	スタミナ丼 チーズ入りサラダ バナナ	みるくクッキー 牛乳	きな粉 牛乳 豚肉 チーズ 脱脂粉乳	マカロニ 三温糖 サラダ油 じゃがいも 薄力粉 バター 米	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ キャベツ バナナ	495kcal 17.5g	618kcal 20.6g	
※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。 ※ 午前のおやつは、3歳未満児のみとなります。							1か月平均	460kcal 17.5g	584kcal 21.9g