



2026年2月 献立予定表



ニチキッズ下長尾保育園

| 日付 | 献立名 | 材料名 | 午前おやつ 3歳未満児クラス | エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児 |
|-----------------|---|--|------------------------------------|---|
| | | | 午後おやつ | |
| 2 16 (月) | ご飯 豆腐のおみそ汁 鶏肉のおろし焼き 蒸しやさいサラダ りんご | 牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、絹ごし豆腐、キャベツ、ねぎ、みそ／ 鶏もも肉、だいこん、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん／さつまいも、ブ ロッコリ、にんじん、食塩、ノンエッグマヨネーズ／りんご／牛乳／油、豚肉 (もも)、キャベツ、もやし、にんじん、焼きそばめん、中濃ソース、かつお節、あ おのり | 牛乳 おせんべい 牛乳 焼きそば | 480(451) kcal 23.8(22.0) g 11.4(12.2) g |
| 3 (火) | ご飯 れんこんのすりながし汁 かれいとごぼうの味噌煮 さといものおかか和え バナナ | 牛乳／カルデツウエハース／米／かつお・昆布だし汁、たまねぎ、れんこん、カッ トわかめ、食塩、しょうゆ／ごぼう、おろししょうが、かれい、砂糖、みりん、み そ／さといも、こまつな、にんじん、かつお節、しょうゆ／バナナ／牛乳／米、 ツナ水煮缶、コーン（冷凍）、マヨネーズ、きゅうり、のり、刻み海苔 | 牛乳 ウエハース 牛乳 ★恵方巻★ | 503(477) kcal 22.9(21.2) g 6.8(9.7) g |
| 17 (火) | ご飯 れんこんのすりながし汁 かれいとごぼうの味噌煮 さといものおかか和え バナナ | 牛乳／カルデツウエハース／米／かつお・昆布だし汁、たまねぎ、れんこん、カッ トわかめ、食塩、しょうゆ／ごぼう、おろししょうが、かれい、砂糖、みりん、み そ／さといも、こまつな、にんじん、かつお節、しょうゆ／バナナ／牛乳／米、こ んぶ（だし用）、ツナ水煮缶、だいす水煮缶詰、にんじん、ごぼう、水、砂糖、 しょうゆ | 牛乳 ウエハース 牛乳 お豆ご飯 | 503(477) kcal 22.9(21.2) g 6.8(9.7) g |
| 4 18 (水) | ご飯 さつまいものおみそ汁 豚肉のチャプチェ きゅうりの塩もみ みかん | 牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、さつまいも、ねぎ、油揚げ、みそ／ご ま油、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、もやし、チンゲンサイ、はるさめ、砂 糖、しょうゆ、食塩／きゅうり、食塩、かつお節／みかん／牛乳／小麦粉、砂糖、 油、食塩、ごま | 牛乳 おせんべい 牛乳 ごまちゃんすこう | 523(485) kcal 16.5(16.2) g 16.9(16.6) g |
| 5 19 (木) | ご飯 もやしのおみそ汁 高野豆腐のオランダ煮 だいこんサラダ りんご | 牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、ほうれんそう、もやし、カットわかめ、み そ／油、凍り豆腐、片栗粉、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん／ツナ水煮 缶、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨ ネーズ、しょうゆ／りんご／牛乳／じゃがいも、小麦粉、食塩、油、ケチャップ | 牛乳 クラッカー 牛乳 ハッシュドポテト | 445(425) kcal 15.5(15.5) g 12.8(13.8) g |
| 6 20 (金) | さばのカレーそぼろ丼 ほうれんそうのおみそ汁 こふき芋 バナナ | 牛乳／カルデツウエハース／米、油、おろしにんにく、さば、ねぎ、にんじん、ご ぼう、カレー粉、砂糖、しょうゆ、みりん／かつおだし汁、ほうれんそう、もや し、えのきだけ、みそ／じゃがいも、あおのり、食塩／バナナ／牛乳／りんご濃縮 果汁、砂糖、かんてん（粉）／ソフトせんべい塩味 | 牛乳 ウエハース 牛乳 りんご寒天、おせんべい | 476(461) kcal 16.1(16.1) g 12.1(14.3) g |
| 7 21 (土) | ご飯 さといものスー マーボー高野豆腐 はくさいの塩ナムル みかん | 牛乳／ビスケット／米／水、鶏がらスープの素、さといも、ねぎ、食塩／油、おろ ししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、凍り豆腐、にら、水、砂糖、しょうゆ、みそ、 片栗粉、水／はくさい、にんじん、ごま油、ごま、食塩／みかん／牛乳／米粉、 ベーキングパウダー、豆乳、油、いちごジャム | 牛乳 ビスケット 牛乳 米粉いちご蒸しパン | 510(478) kcal 17.1(16.7) g 15.4(15.8) g |
| 9 (月) | ご飯 さといものおみそ汁 かれいのりんごソースかけ こまつな海苔和え バナナ | 牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、さといも、もやし、油揚げ、みそ ／かれい、食塩、片栗粉、りんご、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、酢／こまつな、に んじん、えのきだけ、コーン（冷凍）、のり、しょうゆ、砂糖／バナナ／牛乳／ 米、チーズ、かつお節、しょうゆ | 牛乳 ウエハース 牛乳 チーズおかかおにぎり | 511(483) kcal 22.9(21.2) g 8.0(10.6) g |
| 10 24 (火) | ご飯 じゃがいものおみそ汁 がんもどき ほうれんそうのすりごま和え オレンジ | 牛乳／ビスケット／米／かつおだし汁、じゃがいも、もやし、みそ／油、木綿豆 腐、にんじん、ひじき、しょうゆ、グリーンピース（冷凍）、しらす干し、かつお 節、片栗粉／ほうれんそう、キャベツ、コーン（冷凍）、かつおだし汁、砂糖、 しょうゆ、すりごま／オレンジ／牛乳／卵、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、牛乳、 小麦粉、ベーキングパウダー、キャベツ、ウインナー、チーズ | 牛乳 ビスケット 牛乳 キャベツマフィン | 476(450) kcal 18.5(17.8) g 15.1(15.6) g |
| 25 (水) | ご飯 たまねぎのおみそ汁 さけの香味焼き 切干大根のカレーソテー りんご | 牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、エリンギ、みそ ／さけ、おろししょうが、おろしにんにく、食塩、しょうゆ、みりん、片栗粉、油 ／油、豚ひき肉、切り干しだいこん、ピーマン、にんじん、もやし、カレー粉、砂 糖、しょうゆ、食塩／りんご／牛乳／食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖 | 牛乳 おせんべい 牛乳 やみつきトースト | 523(486) kcal 22.1(20.7) g 15.3(15.4) g |
| 12 26 (木) | ご飯 なすのおみそ汁 鶏肉の南部焼き はくさいのとりみ炒め みかん | 牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、なす、切り干しだいこん、カットわかめ、 みそ／鶏もも肉、ごま油、しょうゆ、みりん、ごま／油、はくさい、チンゲンサ イ、にんじん、もやし、水、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水／みかん／牛乳 ／油、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、バナナ | 牛乳 クラッカー 牛乳 バナナホットケーキ | 460(438) kcal 20.7(19.7) g 11.8(13.0) g |
| 13 27 (金) | ご飯 だいこんのおみそ汁 さばの塩焼き うまっこりー バナナ | 牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、だいこん、ごぼう、ねぎ、みそ／ さば、食塩／ブロッコリー、にんじん、いんげん、しょうゆ、ノンエッグマヨネ ーズ、すりごま、かつお節／バナナ／牛乳／にんじん、かんてん（粉）、水、オレン ジ濃縮果汁、砂糖／ソフトせんべい塩味 | 牛乳 ウエハース 牛乳 にんじんゼリー、おせんべい | 508(481) kcal 21.8(20.3) g 16.4(17.4) g |
| 14 28 (土) | ご飯 春雨の中華スープ ホイコーロー いとこ煮 オレンジ | 牛乳／お子様せんべい／米／水、鶏がらスープの素、チンゲンサイ、にんじん、 カットわかめ、はるさめ、ごま油、食塩／油、豚肉(もも)、キャベツ、ピーマン、 コーン（冷凍）、砂糖、しょうゆ、みそ、みりん／かぼちゃ、ゆであずき缶、水／ オレンジ／牛乳／無塩バター、牛乳、卵、砂糖、おから、ココア（ビュアココア） | 牛乳 おせんべい 牛乳 おからショコラ | 502(469) kcal 19.2(18.4) g 17.5(17.1) g |

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



2月平均栄養量

| |
|---------------|
| 491(464) kcal |
| 19.5(18.6) g |
| 13.4(14.4) g |