

令和 8年 2月分 給食だより

ひとつぶ保育園

日 曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	0～1歳児のおやつ
2月	食パン(0歳はごはん)	・食パン	牛乳 ホットケーキ	牛乳 ホットケーキ くだもの
	コーンポタージュ	・クリームコーン、玉ねぎ、シチュールウ、牛乳、コンソメ、水、塩、こしょう、パセリ		
16	ポテトサラダ	・じゃがいも、ロースハム、人参、きゅうり、玉ねぎ、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料		
3火	ごはん	・米	牛乳	牛乳
	いわしの竜田揚げ (0歳は煮魚)	・いわし、片栗粉、揚げ油、しょうゆ(濃)、みりん、しょうが	おかし くだもの	かぼちゃのむしパン くだもの
4水	おひたし	・ほうれん草、はくさい、人参、しょうゆ(薄)、上白糖		
	みそ汁	・木綿豆腐、わかめ、えのき茸、出し汁、みそ		
18	ごはん	・米	牛乳	牛乳
	筑前煮	・鶏肉、ちくわ、板こんにゃく、だいこん、じゃがいも、人参、ごぼう、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁	おかし くだもの	スイートポテト くだもの
5木	ごま酢和え	・キャベツ、きゅうり、人参、すりごま、酢、上白糖、しょうゆ(薄)		
	ごはん	・米	牛乳	牛乳
6	ささみのケチャップ和え (0歳は煮魚)	・ささみ、片栗粉、油、上白糖、ケチャップ、ウスターソース、水	おかし くだもの	じゃがいももち くだもの
	おひたし	・こまつな、はくさい、人参、しょうゆ(薄)、上白糖		
20	すまし汁	・木綿豆腐、青ネギ、出し汁、しょうゆ(薄)、塩		
	ごはん	・米	牛乳	牛乳
7土	ポークカレー	・豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、コンソメ、カレールウ、りんご、水	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド くだもの
	しらす和え	・キャベツ、きゅうり、しらす干し、酢、上白糖、しょうゆ(薄)		
9月	保育参観	・保育参観		
10	超熟ロール(0歳はごはん)	・超熟ロール	牛乳	牛乳
	チキンヌードルスープ	・スパゲティ(乾)、鶏肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、パセリ、コンソメ、塩・こしょう、シチュールウ、牛乳、水	牛乳 フルーツのヨーグルト和え	牛乳 フルーツのヨーグルト和え
24	カリフラワーサラダ	・カリフラワー、酢、きゅうり、人参、マヨネーズ風調味料		
	ごはん	・米	牛乳	牛乳
12木	じゃが芋のそぼろ煮	・合ミンチ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁、片栗粉	おかし くだもの	豆乳もち くだもの
	かつお和え	・きゅうり、キャベツ、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖		
13金	ごはん	・米	牛乳	牛乳
	春雨のひき肉炒め	・合ミンチ、はるさめ、玉ねぎ、キャベツ、人参、たけのこ(水煮)、干し椎茸、青ネギ、しょうが、油、しょうゆ(濃)、上白糖、酒、塩、こしょう、ごま油	おかし くだもの	豆腐みたらし くだもの
14土	コーンと卵の華風スープ	・クリームコーン、トマト、卵、パセリ、鶏がらスープ、水、塩、こしょう、片栗粉		
	肉めし	・米、水、牛肉、ごぼう、人参、青ネギ、しょうゆ(濃)、塩、上白糖、みりん、酒、油	牛乳 おかし くだもの	牛乳 いちごむしパン くだもの
17火	白身魚の天ぷら (0歳は煮魚)	・たら、塩、小麦粉(薄力粉)、水、油		
	おひたし	・チンゲンサイ、キャベツ、人参、しょうゆ(薄)、上白糖		
19木	すまし汁	・玉ねぎ、えのき茸、わかめ、出し汁、しょうゆ(薄)、塩		
	カレーうどん (0歳は豆腐すい)	・うどん、牛肉、人参、玉ねぎ、青ネギ、油、出し汁、カレールウ、片栗粉	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
21土	くだもの	・くだもの		
	ごはん	・米	牛乳	牛乳
25水	八宝菜風	・豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ(水煮)、干し椎茸、青ネギ、油、しょうが、鶏がらスープ、塩・こしょう、しょうゆ(濃)、片栗粉	おかし くだもの	さつま芋とりんごの重ね煮 くだもの
	春雨サラダ	・はるさめ、ロースハム、卵、きゅうり、酢、上白糖、しょうゆ(薄)、ごま油		
27金	ごはん	・米	牛乳	牛乳
	千切大根の炒め煮	・千切り大根、油あげ、鶏肉、人参、油、水、出しかつお、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん	牛乳 お好み焼き	牛乳 お好み焼き くだもの
28土	豚汁	・豚肉、木綿豆腐、つきこんにゃく、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、みそ		
	長崎ちゃんぽん (0歳は豆腐すい)	・中華めん、豚肉、かまぼこ、人参、キャベツ、たけのこ(水煮)、干し椎茸、青ネギ、油、しょうが、鶏がらスープ、水、塩、こしょう、しょうゆ(薄)、片栗粉	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
26木	くだもの	・くだもの		
	ごはん	・米	牛乳	牛乳
28土	豚肉の生姜焼き	・豚肉、青ネギ、しょうが、しょうゆ(濃)、みりん、油	牛乳 フレンチポテト	牛乳 フレンチポテト(1歳) ふかしじゃがいも(0歳) くだもの
	ポイルキャベツ	・キャベツ		
26木	野菜スープ	・じゃがいも、だいこん、トマト、パセリ、コンソメ、塩、こしょう、水		
	おべんとう	・おべんとう	牛乳 おかし	牛乳 おかし
28土	スパゲティミートソース (0歳は豆腐すい)	・スパゲティ、油、合ミンチ、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、油、にんにく、しょうが、コンソメ、塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
	くだもの	・くだもの		

◎アレルギー除去食があります 赤色 卵アレルギー 青色 乳製品アレルギー

平均栄養量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール当量 μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
未満児(1～2歳)	549	19.8	18	299	1.8	245	0.29	0.45	38	5.4	1.6
以上児(3～5歳)	581	20.3	18.3	241	2.1	264	0.31	0.39	46	6.6	1.9