



2月 献立表



令和8年

大網木の花幼稚園

日 曜	献立名 昼食	kcal	あか	きいろ	みどり	その他
			体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2月	肉野菜焼きうどん 中華スープ さつま芋のごま和え チーズ 牛乳	485	豚肉 かつお節 チーズ 牛乳	うどん 油 砂糖 ごま油 さつま芋 ごま	キャベツ 人参 にら 切干大根 コーン チンゲン菜 グリンピース	中濃ソース こいくちしょうゆ 水 チキンスープの素
3火	【節分・立春】玄米入りご飯 味噌汁 ごまいり和風チキンローフ 納豆和え バナナ 牛乳	550	油揚げ 味噌 鶏肉 木綿豆腐 納豆 牛乳	米 玄米 片栗粉 ごま 片栗粉	干しいたけ 白菜 長ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 ほうれん草 バナナ	水 塩 万能つゆ こいくちしょうゆ
4水	青のりご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ チンゲン菜のマヨサラダ りんご 牛乳	528	味噌 木綿豆腐 豚肉 牛乳	米 小切麩 片栗粉 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	青のり 干しいたけ キャベツ しめじ 昆布 グリンピース チンゲン菜 もやし 人参 りんご	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒
5木	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き なめたけ和え グレープフルーツ 牛乳	464	味噌 鶏肉 牛乳	米 塩こうじ	干しいたけ 南瓜 玉ねぎ わかめ 昆布 白菜 人参 なめ茸 小松菜 グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ
6金	ご飯 ポークカレー 切干大根サラダ オレンジ 牛乳	546	豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 切干大根 コーン オレンジ	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
12木	ご飯 味噌汁 まぐろフライ キャベツの海苔和え チーズ 牛乳	503	油揚げ 味噌 まぐろフライ チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 片栗粉 砂糖	干しいたけ わかめ 昆布 キャベツ 人参 焼きのり	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ
13金	ご飯 中華スープ 蒸し肉団子 春雨の和え物 いよかん 牛乳	509	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 ごま油 片栗粉 砂糖 春雨 油	白菜 干しいたけ ほうれん草 玉ねぎ 人参 きゅうり いよかん	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 穀物酢 万能つゆ
16月	わかめご飯 味噌汁 ひき肉入り玉子焼き 人参ドレッシングサラダ チーズ 牛乳	490	油揚げ 味噌 鶏卵 鶏肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖	わかめご飯の素 干しいたけ 小松菜 昆布 ひじき 人参 白菜 パプリカ きゅうり	水 料理酒 こいくちしょうゆ 料理酒 人参ドレッシング
17火	丸パン コーンスープ 鶏肉の唐揚げ キャベツのマヨサラダ グレープフルーツ 牛乳	554	鶏肉 牛乳	丸パン 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ コーン しょうが キャベツ 人参 ほうれん草 グレープフルーツ	水 シチューフレーク こいくちしょうゆ 料理酒 塩
18水	【雨水】大根ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 なめたけ和え バナナ 牛乳	510	油揚げ さば 味噌 牛乳	米 小切麩 砂糖	大根 人参 干しいたけ わかめ 長ねぎ 昆布 しょうが もやし 小松菜 なめ茸 バナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ みりん
19木	麦ご飯 キーマカレー トマトドレッシング和え りんご 牛乳	562	豚肉 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油	玉ねぎ 人参 大根 コーン りんご	水 カレールウ トマトドレッシング
25水	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ チーズ 牛乳	534	高野豆腐 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ キャベツ わかめ 昆布 人参 コーン	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩
26木	チャーハン ビーフンスープ 中華ドレッシングサラダ オレンジ 牛乳	451	豚肉 干しえび 牛乳	米 油 ごま油 ビーフン 砂糖 ごま	玉ねぎ ビーマン 人参 干しいたけ にら 白菜 小松菜 オレンジ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢
27金	スパゲティナポリタン コンソメスープ 花野菜サラダ バナナ 牛乳	450	ウインナー 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ ビーマン 人参 コーン ブロッコリー カリフラワー キャベツ バナナ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 水

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼 目標量	450	18.5	16.6	200	1.4
児 平均量	510	19.9	18.1	274	1.5

※赤字・青字はアレルギー対応食
 ※赤字・代替食
 ※青字・除去食

★園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。