

令和8年  2月献立表  たいようこども園

日 曜	献立名	主な食材			おやつ
		(赤)	(黄)	(緑)	
		血や肉を作る	力や熱になる	体の調子を整える	
2月	ヤンニョムチキン・こんにやくチャプチェ キャベツソテー・もやしスープ・果物	鶏肉・ベーコン ちくわ・豆腐・わかめ	小麦粉・胡麻油・胡麻 糸こんにやく	玉ねぎ・人参・しめじ・ニラ キャベツ・ピーマン・生椎茸 青ねぎ・もやし・コーン	さつま芋蒸しパン さつま芋・蒸しパンmix・牛乳
3火	イワシのかば焼き・大豆サラダ かぼちゃ煮・鉢伏汁・果物	鰯・大豆・ハム 鶏肉・油揚げ・焼き豆腐	小麦粉 マヨネーズ 里いも・板こんにやく	人参・きゅうり・コーン かぼちゃ・玉ねぎ・白菜 ごぼう・干椎茸・青ねぎ	クッキー ココア・小麦粉・BP・卵 バター・バニラエッセンス
4水	豆腐ボール・ごま酢和え ちりめんほうれん草・キャベツのみそ汁・果物	豆腐・ひじき・シーチキン 卵・わかめ・ちりめん 油揚げ・みそ	小麦粉・片栗粉 胡麻・油	人参・青ねぎ・玉ねぎ・大根 きゅうり・コーン・ほうれん草 キャベツ・しめじ	ウインナーパン 蒸しパンmix・卵・牛乳 ウインナー・ケチャップ・パセリ
5木	さばのケチャップソース・ひじきサラダ 人参炒め・さつま芋のみそ汁・果物	鯖・ひじき・ハム みそ・油揚げ・豚バラ肉	小麦粉 マヨネーズ・胡麻 さつま芋	人参・きゅうり・コーン ピーマン・エリンギ 玉ねぎ・しめじ・青ねぎ	草だんご 白玉粉・粒あん・ほうれん草
6金	ジャーマンオムレツ・湯葉和え コンソメブロッコリー・豆乳スープ・果物	卵・ベーコン ハム・湯葉・豆乳 ウインナー	バター・じゃが芋 フレンチドレッシング	玉ねぎ・パセリ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン ブロッコリー・しめじ・ほうれん草	胡麻スティック 小麦粉・砂糖・黒胡麻 胡麻油・水
7土	カレーライス・野菜サラダ ゆで卵・果物	豚肉・卵	じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ・人参・グリーンピース レタス・きゅうり	おかき
9月	ビビンバ・ツナサラダ 人参の甘煮・チンゲン菜スープ・果物	牛肉 海藻ミックス・シーチキン 豆腐・ベーコン	胡麻・胡麻油 油・マヨネーズ バター	ほうれん草・人参・もやし きゅうり・コーン・レタス チンゲン菜・玉ねぎ・しめじ	アップルパイ風 りんご・餃子の皮 グラニュー糖・バター・卵
10火	手作り弁当日				ジャムブッセ 卵・グラニュー糖・小麦粉・コンスリー バター・ホイップ・いちごジャム
11水	建国記念日				/
12木	だし巻き卵・野菜ナムル こんにやく煮・マーボー豆腐・果物	卵・ハム 豚ミンチ・豆腐・赤みそ	油・胡麻油・胡麻 片栗粉・板こんにやく	切り干し・きゅうり 人参・コーン・エリンギ 玉ねぎ・筍・干椎茸・ニラ	プリン プリンエル・牛乳・ホイップ
13金	赤魚の唐揚げ・コールスローサラダ・果物 胡麻ブロッコリー・高野豆腐の卵とじ煮	赤魚・カニカマ・ハム 高野豆腐・鶏肉 卵・赤板	から揚げ粉・片栗粉・油 マヨ・フレンチ 胡麻・じゃが芋	キャベツ・人参・きゅうり コーン・ブロッコリー・しめじ 玉ねぎ・グリーンピース	ココア大福 ココア・白玉粉・白あん・片栗粉
14土	サンドイッチ・チーズ コンソメスープ・果物	シーチキン・卵 チーズ	食パン・マヨネーズ マーガリン・じゃが芋	きゅうり・人参・玉ねぎ ほうれん草・コーン	おかき
16月	サケのバターしょうゆ焼き・海苔和え しぐれ煮・かきたまスープ・果物	鮭・海苔の佃煮 牛肉・卵 豆腐・ベーコン	小麦粉・バター 糸こんにやく	ほうれん草・えのき・人参 ごぼう・玉ねぎ・しめじ 青ねぎ	フレンチトースト 食パン・卵・牛乳・砂糖 バター・バニラエッセンス
17火	ポピエツシーチキン・レタスしめじ和え 昆布大根・じゃが芋のみそ汁・果物	ちくわ・シーチキン・卵 ベーコン・塩っぺ みそ・油揚げ	小麦粉・パン粉・油 胡麻油・じゃが芋	玉ねぎ・レタス・貝割れ しめじ・人参 きゅうり・大根・青ねぎ	クリームどらやき 蒸しパンmix・牛乳・卵 粒あん・ホイップ
18水	青のりチーズチキン・ブロッコリーとわかめのサラダ 白菜の煮びたし・みぞれ汁・果物	鶏ささみ・青のり・粉チーズ わかめ・シーチキン 油揚げ・豆腐	小麦粉 油・胡麻 板こんにやく	ブロッコリー・キャベツ 人参・コーン・しめじ・白菜 大根・青ねぎ・ごぼう	わらび餅 わらび餅・きな粉・砂糖
19木	キャベツの厚焼き卵・五色和え 高野含め煮・もずくのみそ汁・果物	卵・合挽ミンチ ハム・高野豆腐・ちくわ 油揚げ・もずく・豆腐・みそ	胡麻	玉ねぎ・人参・キャベツ 小松菜・もやし・コーン インゲン・えのき・青ねぎ	胡麻きなこビスコッティ きなこ・蒸しパンmix・砂糖 黒胡麻・塩
20金	白身魚のマヨネーズ焼き・ひじき大豆煮 ポン酢レタス・和風ポタージュ・果物	白身魚・ひじき・大豆 油揚げ 牛乳・豆腐	マヨネーズ・バター 板こんにやく	玉ねぎ・パセリ・人参 インゲン・レタス・きゅうり コーンクリーム缶	じゃが芋チップス じゃが芋・油・塩
21土	きつねうどん・ゆかり和え じゃが芋甘煮・果物	油揚げ	うどん・じゃが芋	玉ねぎ・人参・青ねぎ キャベツ・きゅうり・ゆかり	おかき
23月	天皇誕生日				/
24火	ひじきごはん・ミルフィーユカツ・春雨の酢の物 おかかブロッコリー・わかめと麩のみそ汁・果物	ひじき・油揚げ・シーチキン 豚肉・卵・カニカマ かつお節・わかめ・麩・みそ	小麦粉・パン粉 油・春雨	人参・グリーンピース・きゅうり コーン・ブロッコリー・玉ねぎ 青ねぎ・えのき	バナナカップケーキ 蒸しパンmix・マーガリン・卵・バナナ・粉糖
25水	サワラのタンドリー風・マカロニサラダ ほうれん草ソテー・白菜のみそ汁・果物	鯖・ヨーグルト ハム・卵・ベーコン 油揚げ・みそ	マカロニ・マヨネーズ 胡麻・バター	人参・きゅうり ほうれん草・玉ねぎ・コーン 白菜・青ねぎ・しめじ	チーズクラッカー 卵白・バター・蒸しパンmix・粉チーズ
26木	巣ごもり卵・和風和え 牛肉わかめ煮・けんちん汁・果物	卵・ウインナー カニカマ・牛肉 わかめ・豆腐	青じそドレッシング 板こんにやく	ほうれん草・人参・玉ねぎ レタス・きゅうり・コーン 青ねぎ・大根・ごぼう・生椎茸	ピザトースト 食パン・玉ねぎ・ピーマン ベーコン・チーズ・ケチャップ
27金	サバの味噌煮・ちりめんキャベツ じゃがいもの胡麻和え・呉汁・果物	鯖・みそ ちりめん・平天 油揚げ・大豆	油・胡麻 じゃが芋 板こんにやく	キャベツ・水菜・コーン 人参・ピーマン・しめじ 玉ねぎ・青ねぎ・白菜	かりんとう 小麦粉・BP・卵・砂糖・塩・水・油
28土	オムライス・チーズ 野菜スープ・果物	ウインナー・卵 チーズ・豆腐	油	玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・グリーンピース	おかき

献立作成 井垣

食材の都合により献立を変更することがあります。
 はし・はし箱・おしぼり・水筒は毎日点検してきれいに洗って下さい。
 ☆ひまわり組クッキングを3日にクッキー作りをします。
 エプロン・マスク・三角巾を忘れないように持ってきてください。
 ☆今月の手作り弁当日は10日です。忘れないようにお願いします。
 ☆今月のご飯日は、24日です。
 すみれ・れんげ・ひまわり組は白ごはん弁当はいりません。

