

## 2026年2月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園


日	曜	昼食	おやつ	あか 体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	きいろ 力が出る。体があたたか くなる。	みどり 病気になりにくくなる。
2	月	鬼さんそばごはん エビフライ【白身魚フライ】 ブロッコリーとツナのサラダ にゅうめん汁 みかん缶【オレンジ】	豆まき会 お誕生日会 金棒パン	豚肉 のり えび シーチキン 豆腐 わかめ 牛乳	米 パン粉 そうめん	人参 生姜 キャベツ ブロッコリー
3	火	きつねうどん【豆腐組リクエスト】 【きつね煮込みうどん】 ハッシュドポテト バナナ	フライビーンズ (せんべい)	うすあげ かまぼこ わかめ 大豆 牛乳	うどん じゃがいも 片栗粉	人参 しいたけ バナナ
4	水	白身魚の幽庵焼き ごま和え【おひたし】 麦ごはん【米飯】 じゃがいものみそ汁	ピザパン	白身魚 みそ わかめ 牛乳 チーズ シーチキン 魚肉ソーセージ	ごま 米 じゃがいも ホットケーキミックス	小松菜 白菜 人参 ピーマン
5	木	筑前煮 菜めし かぼちゃのみそ汁 バナナ	ぶどうゼリー	鶏肉 牛乳 わかめ	じゃがいも 米 ごま	人参 たまねぎ たけのこ こんにゃく さやいんげん 小松菜 バナナ
6	金	鶏とほうれん草の豆乳 クリームシチュー 食パン(豆腐組のみジャム付) マカロニサラダ オレンジ	スイスロール	鶏肉 豆乳 牛乳	米 じゃがいも 食パン マカロニ 小麦粉 生クリーム	人参 たまねぎ キャベツ ほうれん草 きゅうり オレンジ
7	土	ミートサンド スティックパン 牛乳 バナナ	せんべい	豚肉 牛乳	片栗粉 スティックパン 食パン	人参 たまねぎ バナナ
9	月	親子どんぶり じゃことわかめの酢の物 小松菜と豆腐のみそ汁 オレンジ	バナナケーキ	鶏肉 かまぼこ 卵 ちりめんじゃこ 豆腐 みそ 豆乳 牛乳	米 片栗粉 ごま ホットケーキミックス	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり 小松菜 オレンジ バナナ
10	火	からあげ オーロラサラダ ゆかりご飯【米飯】 大根とうすあげのみそ汁	フレンチトースト	鶏肉 うすあげ みそ 牛乳	片栗粉 米 ごま 食パン	生姜 キャベツ きゅうり 人参 大根
11	水	建国記念の日				
12	木	豚肉と厚揚げのみそ煮 米飯 白菜と豆腐のみそ汁 バナナ	おかし	豚肉 厚揚げ みそ 豆腐 牛乳	春雨 米	人参 たまねぎ 白菜 バナナ
13	金	白身魚のマヨドレ焼き 小松菜とツナの和え物 七分つきごはん【米飯】 麩のすまし汁【豆腐のすまし汁】	食育の日 バレンタイン スイーツ (カップケーキ)	白身魚 シーチキン わかめ 豆乳 牛乳	米 麩 ホットケーキミックス 生クリーム	小松菜 白菜 人参
14	土	ポテサラサンド スティックパン 牛乳 バナナ	ビスケット	牛乳	食パン じゃがいも スティックパン	人参 きゅうり キャベツ バナナ
16	月	そばろチャーハン 大根ナムル 豆腐とわかめの中華風スープ オレンジ	パンせんべい	豚肉 豆腐 わかめ チーズ 牛乳 ちりめんじゃこ	米 食パン	人参 たまねぎ ピーマン 大根 ほうれん草 オレンジ
17	火	チキンカツ まめまめサラダ わかめごはん ほうれん草のみそ汁	まめまめデー きなこ マフィン	鶏肉 大豆 わかめ 豆腐 きなこ 豆乳 牛乳	パン粉 米 ごま ホットケーキミックス	人参 きゅうり とうもろこし ほうれん草
18	水	豚肉と野菜の中華麺 【野菜煮込みうどん】 蒸しシューマイ 【さつまいもの煮物】 バナナ	豆腐組 リクエスト 鮭おにぎり	豚肉 わかめ なんと 鮭 牛乳	中華そば ごま 小麦粉 米	人参 白菜 もやし バナナ

日	曜	昼食	おやつ	あか 体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	きいろ 力が出る。体があたたか くなる。	みどり 病気になりにくくなる。
19	木	ポークカレーライス 和風マヨサラダ オレンジ	ウエハース とせんべい	豚肉 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり オレンジ
20	金	肉じゃが 大根ごはん たまねぎのみそ汁 バナナ	フライドポテト	豚肉 うすあげ みそ わかめ 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん 大根 バナナ
21	土	ツナマヨロール スティックパン 牛乳 バナナ	おかし	シーチキン 牛乳	ロールパン スティックパン	たまねぎ きゅうり バナナ
23	月	天皇誕生日				
24	火	タンドリーチキン マヨドレサラダ 七分つきごはん【米飯】 豆腐のみそ汁 オレンジ	万博デー ちんすこう	鶏肉 豆腐 みそ わかめ 豆乳ヨーグルト 牛乳	米 小麦粉	キャベツ きゅうり 人参 オレンジ
25	水	納豆そばろ井 おひたし 麩のすまし汁 【豆腐のすまし汁】	小倉パイ	納豆 豚肉 わかめ 牛乳	米 麩 小麦粉	人参 しいたけ 生姜 小松菜 白菜 小豆 ニラ
26	木	ポテトコロケ ゆかりごはん【米飯】 キャベツとツナのサラダ かぶのスープ【豆腐のすまし汁】	豆乳 ホットケーキ	豚肉 シーチキン わかめ 豆乳 牛乳	パン粉 じゃがいも 米 ごま ホットケーキミックス ジャム	キャベツ 人参 きゅうり カブ
27	金	スパゲッティミートソース 【野菜煮込みうどん】 ドレッシングサラダ バナナ	ドーナツ	豚肉 牛乳	スパゲッティ 小麦粉	人参 たまねぎ ピーマン しいたけ トマト キャベツ きゅうり バナナ
28	土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 バナナ	せんべい	シーチキン 牛乳	食パン スティックパン	キャベツ 人参 きゅうり バナナ

( ) 内は基準値

2月平均		エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	未満児	479 (490) Kcal	17.0 (18.0) g	16.5 (18.0) g	1.3 (1.3) g
	3歳以上	580 (580) Kcal	21.5 (22.0) g	20.7 (20.0) g	1.6 (1.6) g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。  
 ※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。  
 ※( ) はひよこ組・りす組の献立です。【 】はひよこ組の献立です。

～ 万博料理 インド  ～

2月の万博給食は「インド」です。

「タンドリーチキン」はインドの伝統鶏「タンドール」を使用して、スパイスとヨーグルトで漬けた鶏肉を高温で焼き上げる料理です。  
 ヨーグルトに漬けることにより柔らかくジューシーに仕上がります。  
 インドのパンジャブ地方で作られていたタンドリーチキンですが、その後インドにある1947年創業のレストランが世界に広めたとされています。

園ではお友達全員一緒のものが食べられるように、豆乳ヨーグルトを使用させていただきます。

