



# 令和8年 2月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄	赤	緑	その他	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
02月	昼食	御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	白米（国産） ごま油、砂糖、片栗粉 マヨネーズ（卵含む）、春雨	鶏ひき肉（宮崎） 木綿豆腐、赤みそ、みそ カットわかめ（中国） いりこ	玉ねぎ（兵庫）、ねぎ（兵庫） キャベツ（愛知） もやし（静岡）、人参（長崎）	料理酒、生おろし生姜 濃口しょうゆ 中華だしの素、塩	エネルギー 577 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 23.3 g カルシウム 301 mg
	午後 おやつ	牛乳 レーズンクッキー	油、砂糖 小麦粉	牛乳、スキムミルク 無塩バター（乳含む）	レーズン		
03火	昼食	散らし寿司 いんげんと鶏肉のごま和え けんちん汁	白米（国産）、砂糖 ごま油	錦糸玉子（卵含む）、さくらでんぶ 鶏むね肉（宮崎）、白ごま、細切のり 木綿豆腐、油揚げ、高野豆腐 ちりめんじゃこ、いりこ	絹さや（中国）、干ししいたけ いんげん（タイ）、ねぎ（兵庫） 大根（長崎）、人参（長崎）、ごぼう（北海道）	酢、塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし	エネルギー 486 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 12.1 g カルシウム 334 mg
	午後 おやつ	牛乳 鬼まんじゅう	さつま芋（インドネシア） 小麦粉、砂糖	牛乳		ベーキングパウダー	
04水	昼食	大根の炊き込みご飯 ポトフ マカロニサラダ	白米（国産） じゃが芋（北海道） マカロニ マヨネーズ（卵含む）	油揚げ、白ごま 鶏もも肉（宮崎） ウインナー いりこ	大根（長崎）、人参（長崎） キャベツ（愛知）、玉ねぎ（兵庫） ブロッコリー（エクアドル）	濃口しょうゆ、塩 コンソメ	エネルギー 558 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 17.9 g カルシウム 254 mg
	午後 おやつ	牛乳 メロンパン風トースト	ホットケーキミックス（乳含む） 食パン（乳含む）、油、砂糖	牛乳			
05木	昼食	ご飯 さばの味噌煮 ほうれん草のお浸し すまし汁	白米（国産） 砂糖	さば（ノルウェー）、みそ 木綿豆腐 カットわかめ（中国） いりこ	ほうれん草（ミャンマー） しょうが（中国） もやし（静岡）、人参（長崎） 白菜（長崎）	かつお・昆布だし汁 みりん、料理酒 濃口しょうゆ 塩、和風だしの素	エネルギー 367 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 12.7 g カルシウム 87 mg
	午後 おやつ	お茶 パリパリスナック	ぎょうざの皮 油			塩	
06金	昼食	食パン ブラウンシチュー コールスローサラダ バナナ	食パン（乳含む） じゃが芋（北海道）、油 砂糖	鶏もも肉（宮崎） いりこ	グリーンピース（インド） 玉ねぎ（兵庫）、人参（長崎） キャベツ（愛知）、コーン（アメリカ） バナナ（フィリピン）	ビーフシチューの素 酢、塩	エネルギー 337 kcal たんぱく質 10.8 g 脂 質 7.4 g カルシウム 80 mg
	午後 おやつ	お茶 大根葉おにぎり	白米（国産）		だいごん葉（園）		
07土	お弁当の日						
09月	昼食	ご飯 ミートボール おからサラダ みそ汁	白米（国産） 砂糖、片栗粉、油 マヨネーズ（卵含む）	鶏肉だんご（乳含む） おから（アメリカ） みそ、油揚げ いりこ	玉ねぎ（兵庫）、グリーンピース（インド） ブロッコリー（エクアドル） もやし（静岡）、人参（長崎）	ケチャップ、コンソメ かつお・昆布だし汁	エネルギー 506 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 16.3 g カルシウム 124 mg
	午後 おやつ	お茶 お好み焼き	油 小麦粉	青のり、かつお節 木綿豆腐、ちくわ、たまご（香川）	キャベツ（愛知）、ねぎ（兵庫）	お好み焼きソース	
10火	昼食	三色どんぶり 大根と揚げの煮物 にゅうめん汁	白米（国産）、油 砂糖 そうめん	鶏ひき肉（宮崎）、たまご（香川） 油揚げ、細切のり いりこ	ほうれん草（ミャンマー）、しょうが（中国） 大根（長崎）、絹さや（中国） 白菜（長崎）、人参（長崎） 白ねぎ（兵庫）	みりん、塩 濃口しょうゆ、料理酒 淡口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 584 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 21.4 g カルシウム 301 mg
	午後 おやつ	牛乳 マラーカオ	油、砂糖 ホットケーキミックス（乳含む）	牛乳 たまご（香川）		濃口しょうゆ	
11水	建国記念の日						
12木	昼食	ご飯 たらのサクサク胡麻焼き 白菜の煮浸し みそ汁	白米（国産） マヨドレ、パン粉、油	たら（ノルウェー）、白ごま 油揚げ 木綿豆腐、みそ いりこ	白菜（長崎）、人参（長崎） 大根（長崎）、ほうれん草（ミャンマー）	ウスターソース 料理酒、塩 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 447 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 14.0 g カルシウム 148 mg
	午後 おやつ	お茶 ソース焼きそば	油 焼きそば麺	豚もも肉（宮崎） 青のり	キャベツ（愛知） 人参（長崎）、玉ねぎ（兵庫）	塩 ウスターソース	
13金	昼食	ゆかり御飯 おでん キャベツのごま和え みそ汁	白米（国産） 里芋（中国）、糸こんにゃく 砂糖	厚揚げ、ちくわ、白ごま カットわかめ（中国） 木綿豆腐、みそ いりこ	大根（長崎） キャベツ（愛知）、もやし（静岡） 人参（長崎）	ゆかり粉 料理酒 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 497 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 15.5 g カルシウム 340 mg
	午後 おやつ	牛乳 ココアクッキー	油、砂糖 小麦粉	牛乳		ベーキングパウダー ミルクココア（乳含む）	
14土	お弁当の日						

\* 献立にたくさんのメニューがありますので、スプーン、フォーク、お箸の3点セットになっているものをご用意頂き、毎日持たせてください。

また、持ち帰りました、スプーン、フォーク、お箸、ケースは毎日きれいに洗ってから翌日持たせてください。

\* 材料の大根は、収穫によっては園の畑で採れた大根を使用します。

# 令和8年 2月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
16 月	昼食	御飯 かつおカツ 大根サラダ みそ汁	白米（国産） 油	かつおカツ ツナ缶（タイ） 木綿豆腐、みそ いりこ	キャベツ（愛知） 大根（長崎）、ブロッコリー（エクアドル） 白菜（長崎）、人参（長崎）	ケチャップ ウスターソース、料理酒 ノンオイル和風ドレッシング かつお・昆布だし汁	エネルギー 492 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 15.1 g カルシウム 322 mg
	午後 おやつ	ホットココアミルク ケーキサレ	砂糖 ホットケーキミックス（乳含む）	牛乳 粉チーズ（乳含む）、ウインナー	ほうれん草（ミャンマー） コーン（アメリカ）	ミルクココア（乳含む）	
17 火	昼食	豚きつねうどん 白菜のお浸し 餃子	ゆでうどん	豚もも肉（宮崎）、油揚げ ぎょうざ いりこ	ほうれん草（ミャンマー）、ねぎ（兵庫） 白菜（長崎）、人参（長崎）	みりん、塩 かつお・昆布だし汁 濃口しょうゆ	エネルギー 349 kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 9.2 g カルシウム 118 mg
	午後 おやつ	お茶 チャーハン	白米（国産）、油	豚ひき肉（宮崎） たまご（香川）	人参（長崎）、玉ねぎ（兵庫）	バセリ粉、塩 濃口しょうゆ、和風だしの素	
18 水	昼食	御飯 ヤンニョムチキン 中華サラダ みそ汁	白米（国産） ごま油、砂糖	鶏むね肉（宮崎） カットわかめ（中国） 木綿豆腐、みそ いりこ	しょうが（中国） キャベツ（愛知）、人参（長崎） 大根（長崎）、ほうれん草（ミャンマー）	ケチャップ、みりん 酢、濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁 料理酒、塩	エネルギー 302 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 5.5 g カルシウム 85 mg
	午後 おやつ	お茶 きなこもちせんべい	きなこもちせんべい				
19 木	昼食	親子丼 卵の花 豚汁	白米（国産） 糸コンニャク、砂糖、ごま油 里芋（中国）	たまご（香川）、鶏もも肉（宮崎） 豚もも肉（宮崎）、ちくわ みそ、おから（アメリカ） いりこ、油揚げ、細切のり	玉ねぎ（兵庫）、絹さや（中国） 人参（長崎）、ねぎ（兵庫） 大根（長崎）、ごぼう（北海道） 白ねぎ（鳥取）	濃口しょうゆ、みりん 料理酒 かつお・昆布だし汁	エネルギー 633 kcal たんぱく質 30.5 g 脂 質 26.7 g カルシウム 335 mg
	午後 おやつ	牛乳 コロコロ揚げ	油 砂糖、片栗粉	牛乳 高野豆腐、きなこ		塩	
20 金	昼食	ご飯 ミートローフ 添えブロッコリー スパゲッティサラダ スープ	白米（国産） パン粉、油、砂糖 マヨネーズ（卵含む） スパゲッティ	豚ひき肉（宮崎） 牛ひき肉（オーストラリア） 牛乳、たまご（香川） 魚肉ソーセージ いりこ	ミックスベジタブル、玉ねぎ（兵庫） ブロッコリー（エクアドル） 人参（長崎）、いんげん（タイ） もやし（静岡）、ほうれん草（ミャンマー）	ケチャップ 塩、ウスターソース コンソメ	エネルギー 645 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 28.4 g カルシウム 288 mg
	午後 おやつ	牛乳 ブラウニー	油、粉糖 小麦粉、砂糖	牛乳、豆腐 ホイップクリーム（乳含む）		ミルクココア（乳含む） ベーキングパウダー	
21 土	お弁当の日						
23 月	天皇誕生日						
24 火	昼食	御飯 メンチカツ 焼きビーフン みそ汁	白米（国産） 油 ビーフン、ごま油 里芋（中国）	メンチカツ（乳含む） 豚もも肉（宮崎） 木綿豆腐、みそ いりこ	キャベツ（愛知） 玉ねぎ（兵庫）、人参（長崎） ほうれん草（ミャンマー）	料理酒、ウスターソース ケチャップ、濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁 中華だしの素	エネルギー 558 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 12.8 g カルシウム 96 mg
	午後 おやつ	お茶 コーンチヂミ	小麦粉、片栗粉、ごま油	スキムミルク	コーン（アメリカ） 人参（長崎）、玉ねぎ（兵庫）	中華だしの素 酢、濃口しょうゆ	
25 水	昼食	ご飯 アジの胡麻焼き 五目白和え みそ汁	白米（国産） 油 糸こんにゃく、砂糖 麩	あじ（ニュージーランド）、白ごま 木綿豆腐、白ごま、油揚げ みそ、カットわかめ（中国） ひじき（中国）、いりこ	ほうれん草（ミャンマー） 大根（長崎）、人参（長崎）	濃口しょうゆ、料理酒 塩 かつお・昆布だし汁 みりん	エネルギー 452 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 10.5 g カルシウム 240 mg
	午後 おやつ	お茶 さつまいもぜんざい	さつまいも（徳島）、砂糖	こしあん			
26 木	昼食	ご飯 八宝菜 しゅうまい わかめスープ	白米（国産） 油、砂糖 片栗粉	豚もも肉（宮崎） しゅうまい（乳含む） 絹豆腐、カットわかめ（中国） いりこ	白菜（長崎）、人参（長崎） たけのこ（中国）、絹さや（中国） 白ねぎ（兵庫） 玉ねぎ（兵庫）	濃口しょうゆ、料理酒 和風だしの素 中華だしの素、塩	エネルギー 553 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 20.5 g カルシウム 294 mg
	午後 おやつ	牛乳 ドーナツ	油 ホットケーキミックス（乳含む）	牛乳 木綿豆腐、たまご（香川）			
27 金	昼食	ハヤシライス 三色サラダ オレンジ	白米（国産） ごま油 じゃが芋（北海道）、油	豚もも肉（宮崎） いりこ	玉ねぎ（兵庫）、人参（長崎） キャベツ（愛知）、もやし（静岡） コーン（アメリカ） オレンジ（オーストラリア）	ハヤシルウ、ケチャップ 酢、淡口しょうゆ ウスターソース	エネルギー 609 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 20.2 g カルシウム 266 mg
	午後 おやつ	牛乳 大豆のソフトクッキー	砂糖 小麦粉	牛乳、水煮大豆（国産） たまご（香川）、バター（乳含む）		ベーキングパウダー	
28 土	お弁当の日						

\* 午前のおやつは乳児のみです。月・水・金は牛乳、火・木はヨーグルトになります。

\* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

\* 天候や仕入れ先の入荷状況によって表記の原産地とは異なる産地から食材を入荷することがあります。

\* 材料の大根は、収穫によっては園の畑で採れた大根を使用します。

