

2026年 令和8年

2月 予定献立表

新島こども園

管理栄養士 上原 育代

日	曜日	こんだて	くあか> 血や肉をつくる	くきいろ> 熱や力になる	くみどり> 体の調子を整える	おやつ
2	月	あわごはん すき焼き煮 納豆きゅうり和え ワカメのみそ汁 果物	牛肉 豆腐 納豆 卵 練乳 牛乳	米 あわ 砂糖 油 ふ 小麦粉	はくさい たまねぎ にんじん えのき こまつな しらたき きゅうり わかめ みかん	スキムミルク マラーカオ
3	火	(節分)赤鬼ライス チキンから揚げ ナムル もずくスープ 果物	ウインナー 鶏肉 豆腐 おから 卵 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 ごま 小麦粉 バター	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム もやし こまつな もずく ねぎ りんご レーズン	スキムミルク おからクッキー
4	水	強化玄米ごはん さばの甘酢焼き 筑前煮 ほうれん草みそ汁 果物	さば 鶏肉 油揚げ チーズ 牛乳	米 玄米 砂糖 片栗粉 じゃがいも 油 パンマヨネーズ	にんじん れんこん たけのこ ごぼう しいたけ いんげん ほうれんそう えのき みかん	スキムミルク チーズトースト
5	木	沖縄そば 厚揚げの煮付け キャベツみそマヨ和え 果物	豚肉 かまぼこ 生揚げ さけ 豆乳	沖縄そば 砂糖 油 マヨネーズ ごま 米	ねぎ キャベツ こまつな にんじん バナナ のり	野菜ジュース 鮭おにぎり
6	金	もずく丼 ほうれん草のツナ和え ゆし豆腐 果物	豚ひき肉 卵 ツナ缶 ゆし豆腐 煮干し 牛乳	米 砂糖 片栗粉 ごま 油 砂糖	もずくしょうが ピーマン ほうれんそう にんじん ねぎ りんご	スキムミルク 紅芋チップ カリカリ煮干し
7	土	ガーリックチャーハン からしな和え かぼちゃみそ汁 果物	豚肉 豆腐 ツナ缶 油揚げ 牛乳	米 押麦 油	にんにく にんじん たまねぎ ピーマン からしな かぼちゃ ねぎ バナナ オレンジ	スキムミルク お菓子 バナナ
9	月	チキンカレー じゃこサラダ チンゲン菜スープ 果物	鶏肉 しらす ヨーグルト 卵 牛乳	米 じゃがいも 油 小麦粉 ふ 砂糖 ホットケーキMix バター	にんじん たまねぎ セロリ ピーマン キャベツ きゅうり チンゲンサイ みかん	スキムミルク 焼きヨーグルトケーキ
10	火	強化玄米ごはん 鮭のレモンソース 白菜うま煮 大根ときのこのみそ汁 果物	さけ 豚肉 牛乳	米 玄米 片栗粉 砂糖 バター ぎょうざの皮 油	はくさい にんじん たまねぎ チンゲンサイ だいこん えのき ねぎ バナナ りんご	スキムミルク フライドアップル
11	水	建国記念の日 (休園)				
12	木	強化あわごはん ポークチャップ ゴボウサラダ 白菜コーンスープ 果物	豚肉 ツナ缶 チーズ 牛乳	米 あわ 油 砂糖 マヨネーズ パン	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく ごぼう きゅうり コーン はくさい みかん かぼちゃ	スキムミルク かぼちゃクリームサン ド
13	金	雑穀ごはん レバーフライ 中華風野菜炒め そうめん汁 果物	豚レバー 牛乳	米 雑穀 小麦粉 パン粉 油 砂糖 そうめん バター	にんにく にんじん たまねぎ もやし キャベツ ピーマン ねぎ りんご	スキムミルク ココアスノークッキー
14	土	肉うどん かぼちゃチーズサラダ 昆布即席漬け 果物	豚肉 チーズ 牛乳	うどん 油 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 米 ごま	たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ ねぎ かぼちゃ きゅうり こんぶ バナナ のり オレンジ	スキムミルク お菓子 バナナ
16	月	あわごはん 大根と豚肉のみそ煮 納豆和え 豆腐とえのきスープ 果物	豚肉 納豆 豆腐 牛乳	米 あわ 油 砂糖 さつまいも 小麦粉	だいこん にんじん ブロッコリー しらたき こまつな えのき ねぎ みかん	スキムミルク 芋天ぷら
17	火	(旧正月)黒米ごはん魚のゆかり揚げ 人参シリシリ ブロッコリーおかか和 え なかみ汁 果物	白身魚 卵 豚なかみ 豚肉 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 強力粉 黒糖	にんじん たまねぎ にら ブロッコリー しいたけ こんにゃく ねぎ しょうが バナナ	スキムミルク 黒糖アガラサー
18	水	ピピンパ かぼちゃの煮物 もずくスープ 果物	豚肉 卵 豆腐 きなこ 牛乳	米 砂糖 ごま 油 いもぐず 黒糖	もやし こまつな にんにく しょうが かぼちゃ もずく ねぎ りんご	スキムミルク ぐずもち
19	木	弁当会				
20	金	強化あわごはん 納豆みそ 煮付け カリカリ胡瓜 ワカメスープ 果物	納豆 三枚肉 生揚げ 豆乳 卵 牛乳	米 あわ 砂糖 油 ふ ホットケーキMix	しょうが ねぎ だいこん にんじん チンゲンサイ きゅうり わかめ りんご	スキムミルク 豆乳ホットケーキ
21	土	和風スパゲティ 白菜ツナサラダ ゆし豆腐 果物	豚肉 ツナ缶 ゆし豆腐 牛乳	スパゲティ 油 マヨネーズ ごま 米	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン しめじ はくさい ねぎ バナナ あおのり オレンジ	スキムミルク お菓子 バナナ
23	月	天皇誕生日 (休園)				
24	火	ホイコーロー丼 マカロニサラダ かき玉汁 果物	豚肉 卵 牛乳	米 砂糖 マカロニ マヨネーズ 片栗粉 小麦粉 バター 油	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン にんにく きゅうり コーン えのき ねぎ みかん	スキムミルク ブレンドーナツ
25	水	強化玄米ごはん 鮭の梅マヨ焼き 千切りイリチー 豆腐と小松菜みそ汁 果物	さけ 豚肉 豆腐 牛乳	米 玄米 マヨネーズ 油 焼きそば	きりぼしだいこん こんぶ にんじん こんにゃく こまつな キャベツ ピーマン りんご	スキムミルク おやつ焼きそば
26	木	ロールパン 豆乳と鶏肉のシチュー チーズ入り卵焼き 白菜おかか和え 果物	鶏肉 豆乳 卵 チーズ ツナ缶	パン じゃがいも バター マカロニ 油 米 砂糖	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン ひじき はくさい バナナ のり	豆乳 みそおにぎり
27	金	(お誕生会)ゆかりごはん 豆腐ハン バーグ ブロッコリー リヨネーズポテ ト 野菜スープ ヨーグルト	豚ひき肉 豆腐 ベーコン 卵 ヨーグルト 牛乳	米 あわ パン粉 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ 油 バター 砂糖 ホットケーキMix	ひじき たまねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん みかん缶	アンパンマンジュース 誕生ケーキ
28	土	豚丼 もずくの酢の物 豆腐と大根のみそ汁 果物	豚肉 卵 豆腐 牛乳	米 押麦 砂糖 油	たまねぎ にんじん こんにゃく しめじ もずく きゅうり だいこん ねぎ バナナ オレンジ	スキムミルク お菓子 バナナ

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。