

# 2月 幼児食献立表

きららうえばる保育園  
栄養士 照屋恵美

令和8年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)			日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)		
			赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
2月	パイナップル	ごはん	白身魚 チーズ	白米	ブロッコリー	17日	バナナ	玄米ご飯	納豆	白米 玄米	
		魚のチーズ焼き	マヨネーズ	人参 にら	魚の磯辺揚げ			豚肉 かまぼこ	大根 椎茸 ねぎ		
		ひじき炒め	しらたき								
		冬瓜のみそ汁	油揚げ	冬瓜 ねぎ							
	午後おやつ	ホットココア	牛乳	ココア			アガササー	牛乳	強力粉 黒糖 重曹		
		バナナ クラッカー		クラッカー			牛乳	牛乳			
3月	オレンジ	ごはん	豚ミンチ	白米	人参 玉ねぎ コーン	18日	パイナップル	三枚肉そば	三枚肉 かまぼこ	沖縄そば	ねぎ
		ミートローフ	マカロニ	人参 みかん缶	大根の和え物			ツナ缶	大根 胡瓜		
		マカロニサラダ	マカロニ	人参 みかん缶			金時豆の甘煮	金時豆	黒糖 砂糖		
		ゆし豆腐	ゆし豆腐	ねぎ							
	午後おやつ	節分鬼プリン	プリン 生クリーム	チョコ とんがりコーン			いなり寿司	いなり皮	白米	人参 椎茸	
							お茶				
4月	みかん	肉うどん	豚肉 かまぼこ	うどん	長ネギ 玉ねぎ	19日	お弁当会				
		春菊とほうれん草の白和え	ツナ缶 木綿豆腐	胡麻ドレ	ほうれん草 春菊 人参						
		ポテトフライ		フライドポテト							
	午後おやつ	油味噌おにぎり	ツナ缶	油 砂糖 白米			ヨーグルトあえ	ヨーグルト		バナナ みかん缶	
		人参スティック		人参			ビスケット		ビスケット		
5月	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	トマト	20日	みかん	ごはん		白米	
		チキンのカレーチーズ焼き	ちきあぎ 昆布	しらたき	切干大根 にら			サバのカレー揚げ	サバ	トマト	
		クレープイリチー	卵	ほうれん草			麩チャンプルー	卵 ポーク缶	車麩	キャベツ 玉ねぎ 人参	
		かき玉汁					ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ	
	午後おやつ	ソーメンチャンプルー	ツナ缶	ソーメン	玉ねぎ ねぎ		ホットケーキ	牛乳	ケーキMIX バター 砂糖		
		ヤクルト	ヤクルト				牛乳	牛乳	シロップ		
6月	オレンジ	玄米ご飯	白身魚	白米 玄米	ブロッコリー	21日	バナナ	からし菜チャーハン	ポーク	白米	玉ねぎ 人参 からし菜 コーン
		魚の西京焼き	ちきあぎ	ごぼう 人参 小松菜	胡瓜の和え物			ツナ缶	胡瓜 人参		
		きんぴらごぼう	絹豆腐	ねぎ			鶏スープ	鶏肉		キャベツ ねぎ	
	午後おやつ	アメリカンドック	ウインナー 牛乳	ケーキMIX					黒棒 チーズ	チーズ	黒棒
		牛乳	牛乳				牛乳	牛乳			
7月	パイナップル	ジュシー	ツナ缶 ひじき	白米	人参 にら	24日	オレンジ	豚そばろ井	豚ミンチ	白米 しらたき	玉ねぎ 人参 ねぎ
		胡瓜の和え物	わかめ ちくわ	胡瓜	南瓜サラダ			卵 チーズ	マヨネーズ	南瓜 レーズン	
		豚汁	豚肉	大根 ごぼう 人参 ねぎ			みそ汁	絹豆腐		ほうれん草	
	午後おやつ	はちや棒		はちや棒					芋天ぷら		さつま芋 てんぷら粉
		バナナ 牛乳	牛乳				牛乳	牛乳			
9月	みかん	もちきびご飯	豚ミンチ 木綿豆腐	白米 もちきび	長ネギ 人参 ピーマン	25日	バナナ	もちきびご飯		白米 もちきび	
		カラフルマーボー豆腐	キドニービーンズ	レタス 胡瓜 コーン	鮭のオーロラソース焼き			鮭	マヨネーズ	トマト	
		ビーンズサラダ	ワカメ	えのきたけ			人参しりしり	ウインナー 卵		人参 玉ねぎ いんげん	
		ワカメスープ					ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ	
	午後おやつ	チーズサブレ	粉チーズ 牛乳	ケーキMIX バター 砂糖			オートミールクッキー		小麦粉 オートミール		
		牛乳	牛乳				牛乳	牛乳	砂糖 BP バター		
10月	オレンジ	麦ご飯	きびなご	白米 押し麦	トマト	26日	みかん	オムライス	卵 鶏肉	白米	玉ねぎ 人参
		きびなごの唐揚げ	豚肉 厚揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 にら	キャベツサラダ			ハム	キャベツ 胡瓜		
		豆腐チャンプルー		冬瓜 しめじ ねぎ			オニオンスープ			玉ねぎ 人参 パセリ	
	午後おやつ	くずもち	きなこ	芋くず タピオカ 黒糖 砂糖					パースディケーキ		ケーキ
		牛乳	牛乳				牛乳	牛乳			
12月	バナナ	ミートスパゲティ	合挽	スパゲティ	玉ねぎ 人参 セロリ コーン トマト	27日	パイナップル	麦ご飯		白米 押し麦	
		かみかみあえ	しらす	人参 胡瓜 キャベツ	レバーの竜田揚げ			豚レバー			
		卵スープ	卵	ねぎ			小松菜の和え物	ツナ缶		小松菜 人参 コーン	
	午後おやつ	青菜おにぎり		白米	青菜		ソーメン汁		ソーメン	ねぎ	
		小魚	小魚						メープルジャムパン		食パン メープルジャム
							牛乳	牛乳			
13月	みかん	チーズバーガー	豚ミンチ チーズ	パン パン粉	玉ねぎ	28日	バナナ	生姜焼き丼	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン
		レタスサラダ	ツナ缶	レタス トマト	胡瓜とちくわの和え物			ちくわ	胡瓜 人参		
		クラムチャウダー	ベーコン 牛乳	じゃが芋	玉ねぎ パセリ 人参		みそ汁		じゃが芋	玉ねぎ ねぎ	
	午後おやつ	パレンティンハートパイ		源氏パイ チョコ					ビスコ		ビスコ
		牛乳	牛乳				チーズ 牛乳	チーズ 牛乳			
14月	バナナ	ひき肉親子どんぶり	鶏ミンチ 卵	白米	人参 玉ねぎ かいわれ	28日	パイナップル	ひき肉親子どんぶり	鶏ミンチ 卵	白米	人参 玉ねぎ かいわれ
		胡瓜の和え物	ツナ缶	胡瓜 コーン	大根のみそ汁			アーサ	大根 ねぎ		
	午後おやつ	タンナファクルー		タンナファクルー							
		レーズン 牛乳	牛乳		レーズン						
16月	オレンジ	チキンカレー	鶏肉 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	28日	パイナップル	春雨サラダ	ちくわ	春雨	胡瓜
		春雨サラダ	ワカメ	えのき ねぎ							
		ワカメスープ									
	午後おやつ	フルーツケーキ	牛乳	バター ケーキMIX 砂糖	プルーン りんご						
		牛乳	牛乳								

※ 食材の都合により献立を変更することがあります。  
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。  
 ※ 11日(水)祝日 建国記念日でお休みです。  
 ※ 23日(月)祝日 天皇誕生日でお休みです。

▲▲▲窒息・誤嚥事故防止に関する注意▲▲▲  
 豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は、5歳以下の子どもには食べさせないでください。小さく砕いた場合でも、気管に入り込んでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。節分の豆まきも、ピーナツや乾燥大豆は避け、子どもがすぐに口に入れないような個包装にされた物や口に入れても危険でない物で楽しんで下さい。