



# 令和8年2月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
2	月	ポークハヤシライス マッシュポテト わかめすまし汁 バナナ	洋風お好み焼き 小魚 豆乳	米 じゃが芋 小麦粉 長芋 マヨネーズ	豚肉 豚レバー 牛乳 わかめ かつお節 卵 ベーコン ピザチーズ 青のり粉 カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 マッシュルーム入り缶 しめじ えのき トマト缶 パセリ バナナ キャベツ ホールコーン缶	チーズ入りの 洋風お好み焼きは 長芋入りで本格派！
3	火	恵方巻き 五目煮 あさり味噌汁 いちご	ジャムサンド 小魚 ミルク	米 白ごま マヨネーズ 食パン ブルーベリージャム	卵 ツナ缶 焼きのり かに風味かまぼこ 鶏もも肉 ボイル大豆 殻付あさり 絹ごし豆腐 かつお節 カエリ ミルク	胡瓜 大根 ごぼう 人参 ねぎ いちご	行事食の恵方巻 手巻き寿司で 丁寧に作りました
4	水	雑穀御飯 鶏のケチャップ煮 野菜イリチー ほうれん草の味噌汁 たんかん	シリアルミルク 小魚	米 もちきび 押麦 コーンフレーク	鶏もも肉 豚肉 煮干し かつお節 ミルク カエリ	にんにく 玉葱 セロリ キャベツ 人参 島人参 ピーマン ほうれん草 みかん	ケチャップソースは シナモン風味で 甘い香りがしますよ
5	木	肉うどん 梅和え チーズ りんご	いなり寿司 小魚 豆乳	うどん 米 白ごま	かつお節 豚肉 しらす干し プロセスチーズ 味付いなりの皮 カエリ 調製豆乳	乾燥椎茸 玉葱 人参 生姜 キャベツ 梅干し りんご	麺料理に豚肉で タンパク質を強化 しました。食べ応え アリです
6	金	雑穀御飯 ウチナー風煮物 三色胡麻和え わかめの味噌汁 たんかん	オレンジ蒸しケーキ 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦 すりごま ママレード 小麦粉	豚肉 厚揚げ豆腐 わかめ かつお節 煮干し カエリ 調製豆乳	大根 冷) いんげん ほうれん草 人参 もやし 玉葱 えのき みかん	うちなー料理は 園児が好きな料理 ご飯が進んでよく 食べます
7	土	そぼろ煮丼 プロッコリーおかか和え もやしの味噌汁 ブルーン	せんべい バナナ ミルク	米 カルシウムせんべい	合挽き肉 糸削り節 油揚げ わかめ かつお節 煮干し ミルク	大根 玉葱 人参 しめじ いんげん プロッコリー もやし ブルーン バナナ	一品料理の丼物は なるべく多数の 食材を使って バランスよく
9	月	雑穀御飯 豚肉とレバーの焼肉 マッシュかぼちゃ ワカメと絹豆腐の味噌汁 たんかん	アメリカンドック 豆乳	米 もちきび 押麦 小麦粉 ホットケーキミックス	豚レバー 豚肉 わかめ 絹ごし豆腐 かつお節 煮干し ワインナー 卵 牛乳 調製豆乳	玉葱 人参 ピーマン 茄子 南瓜 みかん	レバーが苦手な子も 焼肉風だと 食べられるかも？ チャレンジしてみてね
10	火	ポークカレー 甘酢大根 しいたけと卵のすまし汁 バナナ	大学芋 小魚 豆乳	米 じゃが芋 さつま芋 黒ごま	豚肉 スキムミルク 卵 かつお節 カエリ 調製豆乳	にんにく 生姜 玉葱 人参 エリンギ りんご 大根 乾燥椎茸 バナナ	大好きなカレーライス おかげの声が 聞こえます(^_^)
12	木	スペゲティーナボリタン コールスローサラダ ワカメときのこの味噌汁 バナナ	おかかおにぎり 小魚 ミルク	スペゲッティ マヨネーズ 米 白ごま	ロースハム 粉チーズ わかめ かつお節 煮干し 糸削り節 きざみのり カエリ ミルク	玉葱 人参 ピーマン トマト缶 キャベツ りんご しめじ バナナ	ナポリタンは 日本発祥のパスタ 皆さん知ってましたか？
13	金	雑穀御飯 鮭のチーズフライ プロッコリーソテー 玉葱と油揚げの味噌汁 ブルーン	ココアケーキ 小魚	米 もちきび 押麦 小麦粉 パン粉	鮭 粉チーズ 卵 鶏もも肉 油揚げ かつお節 煮干し カエリ	プロッコリー 人参 たけのこ水煮 玉葱 ねぎ ブルーン	衣にチーズをまとわせて コクをだし 美味しい仕上げてます
14	土	雑穀御飯 すき焼き風 粉ふき芋 アーサの味噌汁 たんかん	スティックパン 小魚 ミルク	米 もちきび 押麦 じゃが芋 スティックパン	豚肉 沖縄豆腐 青のり粉 乾燥あおさ かつお節 煮干し カエリ ミルク	玉葱 白菜 えのき 糸こんにゃく 春菊 ねぎ みかん	野菜がたっぷり摂れる すき焼きは栄養満点！ 寒い時期は体がボカボカ するものを食べて 温まり元気いっぱい！

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





# 令和8年2月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
16	月	ビビンバ風 わかめスープ バナナ	黒糖くずもち 小魚 ミルク	米 すりごま 白ごま 黒糖 芋くず タピオカ粉	豚肉 卵 わかめ かつお節 きなこ カエリ ミルク	大根 胡瓜 人参 玉葱 たけのこ 水煮 乾燥椎茸 ねぎ バナナ	黒糖くずもちは ゆっくり噛んで 食べてね！
17	火	ドライカレー 花野菜サラダ アーサ汁 たんかん	ホットケーキ 小魚 豆乳	米 はちみつ マヨネーズ すりごま ホットケーキミックス	合挽き肉 鶏レバー ボイル大豆 乾燥あおさ かつお節 牛乳 卵 カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 ピーマン トマト缶 レーズン プロッコリー カリフラワー えのき みかん	レバーや大豆 お野菜の入った ドライカレーは 栄養満点！
18	水	雑穀御飯 魚フライタルタルソース クーブイリチー コーンバター味噌汁 ブルーン	玄米ドリンク チーズ カルシウムウエハース	米 もちきび 押麦 小麦粉 パン粉 マヨネーズ ジャガ芋 玄米 黒糖 カルシウムウエハース	白身魚 卵 茄で卵 刻み昆布 豚肉 かつお節 プロセスチーズ	赤ピーマン 玉葱 胡瓜 切干し大根 人参 乾燥椎茸 ホールコーン缶 もやし ブルーン 生姜	寒い日に温かくて 黒糖の甘味が美味しい 玄米ドリンク いいですね！
19	木	お弁当会					
20	金	雑穀ごはん 納豆みそ 魚の竜田焼き 肉じゃが 大根ときのこのすまし汁 グレープフルーツ	サラダサンド ぶどうジュース	米 雑穀ミックス じゃが芋 食パン マヨネーズ ぶどうジュース	納豆 白身魚 豚肉 かつお節 ささみ	生姜 にんにく 人参 玉葱 乾燥椎茸 グリンピース冷 大根 えのき キャベツ グレープフルーツ パセリ	納豆味噌で ごはんが進みますね
21	土	雑穀御飯 ひじき佃煮 大根と島人参のイリチー ほうれん草の味噌汁 たんかん	ふりかけおにぎり 小魚 ミルク	米 押麦 もちきび 白ごま	ひじき 系削り節 豚肉 厚揚げ豆腐 煮干し かつお節 カエリ ミルク	大根 人参 島人参 にら ほうれん草 みかん	ミネラルたっぷり のひじき佃煮 子供達に人気です 簡単なのでお家で 作ってみて下さいね
24	火	雑穀御飯 豚肉の照り焼き 人参シリシリ 白菜の味噌汁 たんかん	カリフラワーのかき揚げ 小魚 乳酸ドリンク	米 もちきび 押麦 小麦粉 はちみつ	豚肉 卵 かつお節 煮干し カエリ 乳酸ドリンク	にんにく 人参 玉葱 ねぎ 白菜 ほうれん草 みかん カリフラワー パセリ	旬の食材は高栄養！ いつものかき揚げに 旬のカリフラワーを プラスしました
25	水	野菜そば やまと芋ニラいりちらりんご	ゆかりおにぎり 小魚 豆乳	ゆで沖縄そば やまいも 米 もちきび 押麦	かつお節 豚肉 豚バラ肉 カエリ 調製豆乳	キャベツ 人参 玉葱 にら りんご ゆかり粉	本来はスチューと一緒に炒めるのが一般的ですが、保育園では豚バラで旬の山芋はホクホクで美味しいですよ～
26	木	雑穀御飯 鯖塩焼き タマナーイリチー ゆしどうふ味噌汁 ブルーン	アップルシナモン トースト 豆乳	米 もちきび 押麦 食パン	さば 白身魚 豚肉 かまぼこ ゆし豆腐 かつお節 調製豆乳	生姜 キャベツ 人参 もやし にら ねぎ ブルーン りんご レモン果汁	みんな食べるのが上手になってきたので今日のおやつはトーストの上にりんごが乗っています上手に食べれるかな？
27	金	胚芽ロールパン チキンと野菜のポトフ マカロニサラダ みかんヨーグルト	クファジューシー 小魚 ミルク	胚芽ロールパン じゃが芋 マカロニ マヨネーズ 米	鶏もも肉 ウインナー レッドキドニー缶 ツナ缶 プレーンヨーグルト 豚肉 ひじき カエリ ミルク	キャベツ 大根 人参 玉葱 生姜 にんにく 胡瓜 ホールコーン缶 みかん缶 乾燥椎茸 ねぎ	ポトフはお肉もお野菜もたっぷり入っているので朝食にもおすすめです
28	土	マーボー豆腐丼 白菜ツナ和え わかめすまし汁 グレープフルーツ	バームクーヘン 小魚 ミルク	米 バームクーヘン	豚挽き肉 沖縄豆腐 ツナ缶 わかめ かつお節 カエリ ミルク	にんにく 玉葱 乾燥椎茸 グリンピース冷 白菜 人参 グレープフルーツ	今日はマーボー豆腐丼 よく噛んで食べてね

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

