


令和8年 2月献立表【幼児食】

藤島くりくり保育園

日 曜	献立名	おやつ 午後 午前	栄養価	日 曜	献立名	おやつ 午後 午前	栄養価
2 月	ごはん 焼き麩のみそ汁 肉豆腐 ひじきコーン バナナ	もものフルーチェ	エネルギー 408 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 9.0 g 食塩相当量 1.6 g	18 水	青菜ごはん ポトフ チーズオムレツ すきこんぶの炒め煮 りんご	フルーツヨーグルト和え (バナナ、みかん)	エネルギー 447 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 14.6 g 食塩相当量 1.6 g
3 火	ごはん 小松菜のすまし汁 いわしの梅煮 大豆サラダ ぼんかん	麦茶 太巻き(ツナマヨ)	エネルギー 505 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 13.0 g 食塩相当量 1.6 g	19 木	ミートソーススパゲティ 野菜スープ タンドリーチキン ぼんかん	牛乳 誕生会カップケーキ (卵不使用)	エネルギー 449 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 1.5 g
4 水	ごはん 春雨スープ チキンみそカツ(卵不使用) ほうれん草の白和え りんご わかめふりかけ(卵不使用)	牛乳 いちごジャムサンド (卵不使用)	エネルギー 501 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.5 g	20 金	ごはん パプリカのミルクスープ 麩カツ(卵不使用) パインサラダ ミニももゼリー しそ味ひじき	麦茶 コーンわかめおにぎり	エネルギー 546 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.2 g
5 木	青菜ごはん 三平汁 炒り豆腐包み焼 スパゲティ野菜ソテー バナナ	牛乳 あつみ温泉まんじゅう (卵不使用)	エネルギー 560 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 1.9 g	21 土	ごはん 小松菜のみそ汁 ポテトあんかけ ツナそぼろ バナナ	牛乳 いちごヨーグルト	エネルギー 456 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 10.4 g 食塩相当量 1.7 g
6 金	ごはん わんたん汁(卵不使用) 鮭の照り揚げ(卵不使用) 野菜のさっぱり和え ミニオレンジゼリー	牛乳 米粉のさつまいもケーキ (卵不使用)	エネルギー 538 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.7 g	24 火	ごはん チキンカレー フレンチサラダ バナナ 麦茶	牛乳 チーズスティックパン (卵不使用)	エネルギー 536 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 18.7 g 食塩相当量 1.9 g
7 土	ごはん ほうれん草のみそ汁 肉じゃが のり納豆 ヨーグルト	麦茶 ゆかりおにぎり	エネルギー 502 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 9.9 g 食塩相当量 1.6 g	25 水	ごはん えのきのみそ汁 さばのみそ煮 大根の梅肉和え ヨーグルト	牛乳 米粉のりんごタルト (卵不使用)	エネルギー 540 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.6 g
9 月	ごはん 冬野菜カレー 中華サラダ バナナ 麦茶	牛乳 ミニたいやき(卵不使用)	エネルギー 516 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 1.6 g	26 木	わかめごはん 春雨スープ ベーコン玉子巻き マカロニサラダ いよかん	麦茶 カルピス桃蒸しパン (卵不使用)	エネルギー 450 kcal たんぱく質 14.9 g 脂 質 13.1 g 食塩相当量 1.2 g
10 火	ごはん 豆乳汁 鮭の甘みそかけ ぜんまいの油炒め ラフランスゼリー	牛乳 つや姫おこし(黒糖きなこ) (卵不使用)	エネルギー 501 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 12.7 g 食塩相当量 1.7 g	27 金	ごはん 大根と小松菜のみそ汁 揚げじゃがとひじき炒め チーズ納豆 フルーツ野菜ゼリー【リンゴ 南瓜 人参】	飲むヨーグルト せんべい	エネルギー 442 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 10.9 g 食塩相当量 1.6 g
12 木	ごはん マカロニスープ ポテトのミートソースかけ ゆでブロッコリー ぼんかん おかかふりかけ(卵不使用)	麦茶 青菜チーズおにぎり	エネルギー 612 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 1.2 g	28 土	ごはん ポテトスープ 鮭の西京焼 野菜のカレーソテー バナナ	麦茶 かおりおにぎり	エネルギー 465 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 8.9 g 食塩相当量 1.2 g
13 金	ごはん うどん汁 さんまのオレンジ煮 ほうれん草ののり和え りんご	牛乳 きなこラスク(卵不使用)	エネルギー 561 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 2.2 g	<p><今月の特別献立> 3日(火) 節分献立 6日(金) ばんだ組希望献立 そのほか 鶏肉のから揚げ、肉じゃが、ツナそぼろ みそラーメン、うどん汁、すき昆布の炒め煮 みかん、りんご などの希望がありました◎</p> <p>10日(火) 鶴岡のめぐみ 産直から つや姫、ねぎ、白菜、人参、つや姫おこし 青果店から 鮭、しめじ が届きます。</p> <p>19日(木) 誕生会</p> <p>★都合により献立が変更になることもあります。</p> 			
14 土	ごはん じゃがいものみそ汁 星型ハンバーグ(卵不使用) きゃべつのツナマヨサラダ ミニオレンジゼリー	牛乳 ホットケーキ (卵不使用)	エネルギー 559 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 20.6 g 食塩相当量 1.8 g				
16 月	ごはん きゃべつのみそ汁 鮭のしょうゆ焼 ごぼうとひじきサラダ ヨーグルト	牛乳 米粉のスイートポテト (卵不使用)	エネルギー 503 kcal たんぱく質 26.0 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.4 g				
17 火	ごはん 白菜わんたんスープ (わんたん: 卵不使用) 鶏肉と大根のうま煮 五目納豆 バナナ	牛乳 ピザトースト(卵不使用)	エネルギー 509 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 14.4 g 食塩相当量 1.9 g				
				<p>【お願い】 保育園では食物アレルギー対応として、家庭で食べたことのない食品は給食で提供しないこととしています。家庭で未経験の食品が給食の献立表にあった場合や、アレルギー等の症状があった場合は、早めに保育園にお知らせください。</p>			