

令和8年2月 幼児食献立表

日	曜	昼食	おやつ	あか	黄	みどり	延長
				体につくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2	月	豚丼 大根の煮物 味噌汁 〈だもの	牛乳 スパゲティナポリタン (あわ麵)	牛乳 豚肉 豆腐 味噌 ツナ缶	米 油 砂糖 あわの麵	玉ねぎ 青菜 えのき にんじん 長ねぎ にんにく しょうが 大根 もやし わかめ りんご ピーマントマト	菓子(延長用)
3	火	ごはん 鶏肉の豆乳クリーム煮 チンゲン菜とエリンギのソテー ^{スープ} 〈だもの	乳飲料 菓子	牛乳 鶏肉 豆乳 味噌 乳飲料	米 ジャガイモ 油 コーンスター チ 菓子	玉ねぎ にんじん ブロッコリー チンゲン菜 エリンギ 白菜 バナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
4	水	ゆかりごはん 豆腐ナゲット 青菜の煮ひたし 味噌汁 〈だもの	牛乳 和風ラスク	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 油揚げ 味噌 粉チーズ	米 片栗粉 油 食パン バター ごま	玉ねぎ にんじん しょうが 青菜 かぶ かぶ葉りんご 青のり	ゼリー 菓子(延長用)
5	木	肉みそそば じゃが芋とキャベツの炒め物 えのきとニラのスープ 〈だもの	牛乳 ピラフ	牛乳 豚肉 豆腐 赤みそ 鶏肉	中華めん 油 砂糖 片栗粉 ジャガイモ 米	しょうが 長ねぎ もやし にんじん キャベツ えのき 玉ねぎ にら 柚橘類 パブリカ	〈だもの
6	金	ごはん 魚の白みそ野菜焼き 切干し大根の炒り煮 すまし汁 〈だもの	牛乳 プリン	牛乳 魚 白みそ 卵	米 油 砂糖 さといも	玉ねぎ にんじん さやえんどう 切干し大根 青菜 バナナ	菓子(延長用)
7	土	豚もやしラーメン(あわ麵) 南瓜のそぼろ煮 〈だもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 鶏ひき肉	あわの麵 油 ごま油 砂糖 菓子	もやし 青菜 にんじん コーン 昆布 しょうが 長ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ バナナ	菓子(延長用)
9	月	チキンカレー コールスローサラダ スープ 〈だもの	牛乳 にゅうめん(米の麵)	牛乳 鶏肉 油揚げ	米 ジャガイモ 油 コーンスター チ 砂糖 マヨネーズ(卵不使用) 米の麵	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ コーン ブロッコリー りんご 長ねぎ	菓子(延長用)
10	火	ごはん オムレツ カリフラワーの塩ゆで れんこんのきんぴら 味噌汁 〈だもの	牛乳 野菜チップス (ごぼう・かぼちゃ)	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 米粉	玉ねぎ にんじん カリフラワー れんこん ほうれん草 しめじ バナナ ごぼう かぼちゃ	りんごジュース 菓子(延長用)
12	木	魚の蒲焼丼 千草煮 味噌汁 〈だもの	牛乳 芋ようかん	牛乳 魚 油揚げ 豆腐 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま さつまいも	青菜 にんじん えのき 長ねぎ 柚橘類	〈だもの
13	金	ごはん ヤンニョムチキン プロッコリーの塩ゆで 野菜のソテー ^{春雨スープ} 〈だもの	牛乳 ココアクリームサンド	牛乳 鶏肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 油 春雨 食パン コーンスター	にんにく ブロッコリー キャベツ もやし にんじん 玉ねぎ りんご	ゼリー 菓子(延長用)
14	土	五目あんかけうどん(米の麵) じゃが芋とツナの炒め物 〈だもの	牛乳 菓子	牛乳 鶏肉 ツナ缶	米の麵 ごま油 片栗粉 じゃがいも 油 菓子	青菜 大根 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ バナナ	菓子(延長用)
16	月	豚丼 大根の煮物 味噌汁 〈だもの	牛乳 スパゲティナポリタン (あわ麵)	牛乳 豚肉 豆腐 味噌 ツナ缶	米 油 砂糖 あわの麵	玉ねぎ 青菜 えのき にんじん 長ねぎ にんにく しょうが 大根 もやし わかめ りんご ピーマントマト	菓子(延長用)
17	火	ごはん 鶏肉の豆乳クリーム煮 チンゲン菜とエリンギのソテー ^{スープ} 〈だもの	乳飲料 菓子	牛乳 鶏肉 豆乳 味噌 乳飲料	米 ジャガイモ 油 コーンスター チ 菓子	玉ねぎ にんじん ブロッコリー チンゲン菜 エリンギ 白菜 バナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
18	水	ゆかりごはん 豆腐ナゲット 青菜の煮ひたし 味噌汁 〈だもの	牛乳 和風ラスク	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 油揚げ 味噌 粉チーズ	米 片栗粉 油 食パン バター ごま	玉ねぎ にんじん しょうが 青菜 かぶ かぶ葉りんご 青のり	ゼリー 菓子(延長用)
19	木	肉みそそば じゃが芋とキャベツの炒め物 えのきとニラのスープ 〈だもの	牛乳 ピラフ	牛乳 豚肉 豆腐 赤みそ 鶏肉	中華めん 油 砂糖 片栗粉 ジャガイモ 米	しょうが 長ねぎ もやし にんじん キャベツ えのき 玉ねぎ にら 柚橘類 パブリカ	〈だもの
20	金	ごはん 魚の白みそ野菜焼き 切干し大根の炒り煮 すまし汁 〈だもの	牛乳 プリン	牛乳 卵 白みそ 卵	米 油 砂糖 さといも	玉ねぎ にんじん さやえんどう 切干し大根 青菜 バナナ	菓子(延長用)
21	土	豚もやしラーメン(あわ麵) 南瓜のそぼろ煮 〈だもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 鶏ひき肉	あわの麵 油 ごま油 砂糖 菓子	もやし 青菜 にんじん コーン 昆布 しょうが 長ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ バナナ	菓子(延長用)
24	火	ごはん オムレツ カリフラワーの塩ゆで れんこんのきんぴら 味噌汁 〈だもの	牛乳 野菜チップス (ごぼう・かぼちゃ)	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 米粉	玉ねぎ にんじん カリフラワー れんこん ほうれん草 しめじ バナナ ごぼう かぼちゃ	りんごジュース 菓子(延長用)
25	水	ごはん 菜の花団子 白菜の煮ひたし すまし汁 〈だもの	牛乳 五目焼きおにぎり(備蓄)	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉	米 片栗粉 中華ごはん(備蓄品) ごま	しょうが 玉ねぎ コーン 白菜 青菜 にんじん 大根 わかめ バイン缶 のり	菓子(延長用)
26	木	魚の蒲焼丼 千草煮 味噌汁 〈だもの	牛乳 芋ようかん	牛乳 魚 油揚げ 豆腐 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま さつまいも	青菜 にんじん えのき 長ねぎ 柚橘類	〈だもの
27	金	ごはん ヤンニョムチキン プロッコリーの塩ゆで 野菜のソテー ^{春雨スープ} 〈だもの	牛乳 ココアクリームサンド	牛乳 鶏肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 油 春雨 食パン コーンスター	にんにく ブロッコリー キャベツ もやし にんじん 玉ねぎ りんご	ゼリー 菓子(延長用)
28	土	五目あんかけうどん(米の麵) じゃが芋とツナの炒め物 〈だもの	牛乳 菓子	牛乳 鶏肉 ツナ缶	米の麵 ごま油 片栗粉 じゃがいも 油 菓子	青菜 大根 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ バナナ	菓子(延長用)
行事食		鬼さんランチ キャベツと油揚げの煮ひたし すまし汁 〈だもの	牛乳 きな粉ドーナツ(米粉)	牛乳 鶏ひき肉 削り節 油揚げ 豆腐 豆乳 きな粉	米 油 ジャガイモ 砂糖 米粉 グラニュー糖	玉ねぎ にんじん のり きゅうり レーズン ほうれん草 キャベツ わかめ みつば いちご	菓子(延長用)
こつこ遊び		おにぎり 鶏のから揚げ フライドポテト 茹野菜 すまし汁 りんごジュース 〈だもの	牛乳 菓子	牛乳 削り節 しらす干し 鶏肉	米 片栗粉 油 じゃがいも 菓子	青のり しょうが りんご ブロッコリー にんじん わかめ 玉ねぎ みつば りんごジュース バナナ	菓子(延長用)

1~2歳児には、10時に牛乳がきます。
献立は天候等の理由により、変更する場合があります。また、果物も安全性を配慮し年齢により変更する場合があります。

区立保育園の基本献立は、乳幼児の3大アレルゲンである「卵・乳・小麦」不使用の献立を週に複数回取り入れています。

(子ども施設課 管理栄養士)

