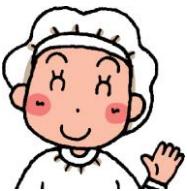




こんだてひょう

令和8年2月1日 王司保育園 3歳未満児クラス



寒さが一段と増してきて、雪の便りも聞かれる2月です。2月は節分がありますが、節分には季節を分けるという意味があります。季節の変わり目には体調を崩しやすいので、気をつけるという意味もあります。毎日の食事では栄養のあるものを食べて寒さを乗り切りましょう。



日	曜	献立名	主な材料	10時のおやつ	3時のおやつ
2	月	けんちょう かぼちゃサラダ わかめスープ	木綿豆腐 若鶏もも肉 白菜 大根 にんじん サラダ油 濃口しょうゆ 上白糖 みりん 西洋かぼちゃ じゃが芋 きゅうり 玉ねぎ マヨネーズ かつおフレーク 中華だし 生わかめ ごま油 赤板	牛乳 果子	牛乳 クッキー
3	火	鬼さんごはん 魚のフライ 野菜のしょうが味噌汁	鶏ミンチ 濃口しょうゆ 上白糖 プロセスチーズ トマトケチャップ ゆで黒豆 赤魚 薄力粉 パン粉 サラダ油 にんじん 青ピーマン 濃厚ソース 麦味噌 生揚げ 白菜 ごぼう 里芋	牛乳 果物	お茶 鬼の金棒
4	水	おでん ほうれん草とじゃが芋のサラダ みかん	若鶏手羽元 生揚げ 焼きちくわ 昆布 里芋 大根 にんじん 薄口しょうゆ 清酒 みりん ほうれん草 じゃが芋 ぶなしめじ スイートコーン缶 マヨネーズ 塩 こしょう みかん	牛乳 果子	牛乳 せんべい
5	木	スペイン風オムレツ キャベツのコンソメスープ ヨーグルト	ワインソーセージ じゃが芋 玉ねぎ にんじん グリンピース 鶏卵 牛乳 スキムミルク 白ネギ サラダ油 塩 トマトケチャップ プロッコリー ベーコン 里芋 キャベツ 固形ブイヨン ヨーグルト	ヤクルト 果物	カルピス 麵のラスク
6	金	鶏の照り焼き 白菜のゆかり和え かぶのポタージュ	若鶏もも肉 塩 こしょう サラダ油 にんじん 白菜 ゆかり かぶじやが芋 玉ねぎ 牛乳 生クリーム 固形ブイヨン パセリ	牛乳 果子	牛乳 蒸しパン
7	土	汁ビーフン バナナ	ビーフン 豚バラ肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし スイートコーン缶 乾しいたけ サラダ油 中華だし 濃口しょうゆ 塩 こしょう 小ねぎ バナナ	牛乳 果子	ゼリー
9	月	三色丼 根菜の味噌煮 すまし汁	鶏卵 ほうれん草 濃口しょうゆ ごま油 鶏ミンチ 玉ねぎ しょうが サラダ油 大根 板こんにゃく にんじん 麦味噌 いりごま みりん 小ねぎ ぶなしめじ 長芋 木綿豆腐 薄口しょうゆ 清酒 白ねぎ	牛乳 果子	牛乳 ドーナツ
10	火	コロッケ 大根ときゅうりのゆず香和え もずくスープ	玉ねぎ 牛ミンチ サラダ油 じゃが芋 牛乳 スキムミルク 薄力粉 鶏卵 パン粉 大根 きゅうり にんじん ロースハム 穀物酢 上白糖 ゆず もずく えのきたけ 赤板 小ねぎ 固形ブイヨン	りんごジュース 果子	お茶 ポテトチップス
12	木	魚の照り焼き 切干大根の甘酢サラダ くずきりのごま豆乳スープ	あかうお 濃口しょうゆ みりん 上白糖 清酒 レタス 切干大根 にんじん きゅうり 穀物酢 塩 マロニー 木綿豆腐 若鶏もも肉 白菜 葉ねぎ 豆乳 中華だし 米味噌 いりごま	牛乳 果物	お茶 おにぎり
13	金	ポークピーンズ 三色ナムル チョコプリン	豚もも肉 大豆水煮缶 じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ サラダ油 トマト水煮缶 トマトケチャップ ウスターソース 上白糖 固形ブイヨン ほうれん草 緑豆もやし にんじん いりごま チョコプリン	牛乳 果子	牛乳 クラッカー
14	土	かやくうどん バナナ	うどん 若鶏もも肉 濃口しょうゆ 上白糖 赤板 ほうれん草 にんじん 小ねぎ カットわかめ 昆布 かつお節 清酒 みりん バナナ	牛乳 果子	ヨーグルト
16	月	豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう 味噌汁	ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 干しひじき パン粉 牛乳 鶏卵 サラダ油 トマトケチャップ れんこん レタス ごぼう にんじん しらたき いりごま じゃが芋 白菜 白ねぎ カットわかめ 油揚げ 麦味噌	牛乳 果物	牛乳 クッキー
17	火	白身魚の南蛮漬け コーンスープ さつま芋とりんごの重ね煮	あかうお 塩 こしょう 薄力粉 サラダ油 玉ねぎ トマト 青ピーマン 濃口しょうゆ 穀物酢 上白糖 クリームコーン缶 牛乳 有塩バター 固形ブイヨン パセリ さつま芋 りんご レーズン	牛乳 果子	お茶 カステラ
18	水	豚肉と野菜のしょうが炒め かぼちゃの含め煮 プロッコリーのクリームスープ	豚肩肉 キャベツ 玉ねぎ 緑豆もやし にんじん サラダ油 しょうが 西洋かぼちゃ ベーコン じゃが芋 プロッコリー エリンギ 牛乳 薄力粉 有塩バター 固形ブイヨン パルメザンチーズ	ヤクルト 果子	牛乳 せんべい
19	木	鶏肉の香味焼き フライドポテト 三色野菜のおかか和え すまし汁	若鶏もも肉 麦味噌 みりん にんにく ごま油 サラダ油 じゃが芋 ほうれん草 白菜 にんじん かつお節 濃口しょうゆ 上白糖 そうめん 油揚げ 西洋かぼちゃ 玉ねぎ 小ねぎ 昆布 清酒	牛乳 果子	お茶 お誕生日会おやつ
20	金	ほうれん草とチーズのカレー 春雨サラダ プリン	豚もも肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん ほうれん草 サラダ油 カレールウ 薄力粉 スキムミルク とろけるチーズ 春雨 きゅうり 赤板 ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ 上白糖 いりごま プリン	牛乳 果子	牛乳 蒸しパン
21	土	ナポリタンスパゲティ バナナ	スパゲティ ベーコン 玉ねぎ にんじん 青ピーマン サラダ油 トマトケチャップ トマトピューレー 固形ブイヨン 塩 こしょう パセリ フランクフルトソーセージ バナナ	牛乳 果子	ゼリー
24	火	真砂揚げ 白菜とハムの和え物 味噌汁	木綿豆腐 しらす干し 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん 干しひじき 鶏卵 片栗粉 濃口しょうゆ 清酒 サラダ油 白菜 ロースハム マヨネーズ いりごま 油揚げ 里芋 ぶなしめじ カットわかめ 麦味噌	牛乳 果子	お茶 ポテトチップス
25	水	鶏団子の白菜鍋 さつま芋のキャラメリゼ みかん	鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん 生しいたけ 鶏卵 しょうが 清酒 塩 片栗粉 白菜 大根 葉ねぎ マロニー 昆布 濃口しょうゆ さつま芋 有塩バター グラニュー糖 みかん	スプロン 果子	牛乳 ドーナツ
26	木	鮭のマヨコーン焼き わかめサラダ さつま汁	紅鮭 スイートコーン缶 マヨネーズ パルメザンチーズ レタス トマト カットわかめ 濃口しょうゆ きゅうり ロースハム 穀物酢 生揚げ さつま芋 大根 にんじん 板こんにゃく ぶなしめじ	牛乳 果物	お茶 焼きそば
27	金	ポークハヤシ 小松菜とキャベツの味噌ドレッシング ヨーグルト	豚肩肉 にんじん じゃが芋 玉ねぎ ぶなしめじ ウスターソース 固形ブイヨン キャベツ いりごま トマトケチャップ 鶏卵 小松菜 豆味噌 マヨネーズ ごま油 ヨーグルト	牛乳 果子	牛乳 クラッcker
28	土	ちゃんぽん バナナ	中華めん 豚もも肉 玉ねぎ キャベツ 緑豆もやし ゆで黒豆 赤板 サラダ油 中華だし 塩 こしょう 薄口しょうゆ 清酒 小ねぎ バナナ	牛乳 果子	プリン