



2026年2月度 弁天こども園 幼児食メニュー



★はお楽しみメニュー
♥は卒園児クラスのリクエストメニュー

*そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
2月		高野豆腐のそぼろ丼 切干大根の中華和え 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	凍り豆腐・鶏豚ひき肉・卵 豆腐・味噌	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん 切干大根・きゅうり・赤パプリカ しめじ オレンジ	米・油・砂糖・片栗粉 砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・だし 醤油 だし	ウエハース ハッピーターン 牛乳	バナナウエハース ハッピーターン 牛乳
3火		◆節分メニュー◆ サケの塩こうじ焼 ほうれん草の菜種和え 福豆ごはん 花魁の味噌汁	さけ 卵 大豆 味噌	ほうれん草・人参 玉ねぎ・わかめ	油 調合ごま油 米 花魁	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	ふんわり鬼まんじゅう 牛乳	小麦粉・上新粉・ベーキングパウダー 砂糖・さつま芋 牛乳
4水		すき焼き風煮 小松菜とキャベツのごま和え ごはん 味噌汁	牛肉・焼豆腐 味噌	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・キャベツ 大根・しめじ	砂糖 白ごま 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん・だし だし	♥ポテトチップス 牛乳	じゃが芋・油 塩 牛乳
5木		サワラの竜田揚げ きんぴらごぼう ごはん 味噌汁	さわら 油揚げ・味噌	しょうが ごぼう・人参・ピーマン かぼちゃ	砂糖・片栗粉・油 つきこんにゃく・油・砂糖・白ごま 米	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒 だし	ソフトサラダ ビスコ 牛乳	ソフトサラダせんべい ビスコ 牛乳
6金		◆世界の料理◆ チキンカチャトラ【イタリア】 イタリアンサラダ ごはん スープ フルーツ (バナナ)	鶏肉 チーズ	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・トマトピューレ ブロッコリー・赤パプリカ・黄パプリカ・レモン果汁 緑豆もやし・わかめ バナナ	小麦粉・油・じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米	塩・料理用白ワイン・トマトケチャップ・ウスターソース 酢・塩 チキンコンソメ	フレンチトースト 牛乳	食パン・卵・砂糖 低脂肪乳・油 牛乳
7土		きつねうどん さつま芋きんぴら 白菜の塩昆布和え	油揚げ	人参・ほうれん草・だし昆布 白菜・きゅうり・塩昆布	うどん・砂糖 さつま芋・油・砂糖・白ごま	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん・料理酒	ミニアスバラビスケット せんべい 牛乳	アスバラガスビスケット ばりんこ 牛乳
9月		♥ビビンバ♥ ♥ミニポテト かき玉味噌汁 フルーツ (オレンジ)	牛肉 卵・豆腐・味噌	小松菜・白菜・人参 キャベツ オレンジ	米・油・白ごま・調合ごま油・砂糖 ミニポテト・油	焼肉のたれ・醤油・本みりん・中華だし・酢 塩 だし	ドームケーキ 牛乳	ドーナツ(食料用) 牛乳
10火		♥サバの味噌ごま天ぷら 切干大根の煮物 ごはん 味噌汁にゆめん	さば ちくわ 油揚げ・味噌	切干大根・人参 わかめ	砂糖・小麦粉・白ごま・黒ごま・油 油・砂糖 米 そうめん	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 だし	しらすチーズトースト 牛乳	食パン・しらす・あおさのり マヨドレ・ミックスチーズ 牛乳
12木		スパゲティミートソース チキンと野菜のサラダ スープ フルーツ (バナナ)	鶏豚ひき肉・大豆ミンチ チキンフレーク	玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり 白菜 バナナ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 ごまドレッシング じゃが芋	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 チキンコンソメ	あんこパイ 牛乳	パイシート 粒あん 牛乳
13金		チキンカレー カラフルサラダ フルーツ (オレンジ)	鶏肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・赤パプリカ・むき枝豆・コーン・レモン果汁 オレンジ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレールー 酢・塩・醤油	ハートのチョコクッキー ※① (ハートのクッキー) 牛乳	小麦粉・卵・バター 砂糖・塩・チョコチップ (チョコチップなし) 牛乳
14土		中華丼 かぼちゃのあおさ焼 中華スープ	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ・あおさのり えのきたけ・チンゲン菜	米・油・片栗粉 油	中華だし・醤油・塩 塩 中華だし・醤油・塩	アンパンマンのソフトせん たべっこベイベービスケット 牛乳	ソフトせんべい たべっこベイベービスケット 牛乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの		献立	材料
16	月	照焼チキン ひじきサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 豆腐・味噌 	ひじき・人参・むき枝豆・コーン わかめ	砂糖・油 砂糖・マヨネーズ 米	醤油・本みりん だし・醤油・本みりん だし	ゼリー 牛乳	マスカットゼリー 牛乳
17	火	♥卵とじうどん 高野豆腐の煮物 フルーツ(バナナ)	ちくわ・卵 凍り豆腐	白菜・小松菜・だし昆布 人参・さやえんどう バナナ	うどん 砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん 	せんべい風お焼き 牛乳	米・油 醤油・砂糖 牛乳
18	水	クリームシチュー 野菜のサラダ ロールパン フルーツ(オレンジ)	鶏肉・低脂肪乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース きゅうり・キャベツ・コーン オレンジ 	じゃが芋 ごまドレッシング 丸ロールパン	クリームシチューミックス	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳
19	木	赤魚の甘辛焼 胡瓜の塩昆布和え ごはん 味噌汁	赤魚 油揚げ・味噌	きゅうり・人参・塩昆布 大根 	砂糖・油 米	醤油・料理酒 だし	たい焼 牛乳	たい焼き 牛乳
20	金	家常豆腐(ジャージャー豆腐) もやしとチンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・味噌	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン・しょうが 緑豆もやし・チンゲン菜 コーン・白菜	油・砂糖・片栗粉 調合ごま油 米	醤油・料理酒・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	さつま芋のキャラメルソース 牛乳	さつま芋・油 砂糖・ホイップクリーム 牛乳
21	土	♪はっぴょうかい♪ 						
24	火	チキンカツ マカロニサラダ ごはん 味噌汁	やわらかチキンカツ 油揚げ・味噌	むき枝豆・人参 わかめ	油 マカロニ・オリーブ油・マヨドレ 米 おつゆ麩	だし	マシュマロサンド 牛乳	マシュマロ クラッカー 牛乳
25	水	♥醤油ラーメン しらすと大根のサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ 大根・きゅうり・赤パプリカ バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 油・砂糖	醤油・中華だし・塩 醤油・酢 	カレーパン ※②(クロワッサン) 牛乳	カレーパン (クロワッサン) 牛乳
26	木	白身魚の磯辺焼 がんもの煮物 ごはん かき玉汁 フルーツ(オレンジ)	だら がんもどき 卵	あおさのり 人参・むき枝豆 わかめ オレンジ	砂糖・小麦粉・油 黒ごんにゃく・砂糖 米 おつゆ麩	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 だし・醤油・塩	ムーンライトクッキー おととと 牛乳	ムーンライトクッキー おととと(うす塩味) 牛乳
★	金	◆お誕生日メニュー◆ ♥ヤンニョムチキン風 三色ナムル わかめごはん 中華スープ ヤクルト	鶏肉・味噌 豆腐 	しょうが 緑豆もやし・ほうれん草・人参・にんにく わかめご飯の素 玉ねぎ	片栗粉・油・砂糖・白ごま 白ごま・砂糖・調合ごま油 米 乳酸菌飲料(ヤクルト)※③(ヤクルトなし)	塩・料理酒・トマトケチャップ・本みりん・醤油 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	フルーツパフェ ※④(ヨーグルトパフェ) 牛乳	コーンフレーク・バイン缶・黄桃缶 ホイップクリーム・ストロベリーソース (コーンフレーク・バイン缶・黄桃缶 ヨーグルト・ストロベリーソース) 牛乳
28	土	ツナピラフ れんこんサラダ スープ	ツナフレーク 	玉ねぎ・ピーマン れんこん・人参・ブロッコリー・コーン キャベツ	米・油 マヨドレ じゃが芋	チキンコンソメ・塩 醤油 チキンコンソメ	満月ぼん たべっこベイベービスケット 牛乳	満月ボン たべっこベイベービスケット 牛乳

3歳以上 栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
	524kcal	19.6g	17.2g	218mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*未摂取の食材がある場合は、給食提供日までにお家で複数回食べ進めてください。
給食で初めて食べることがないようにお願いいたします。

※①()は、0、1、2歳児です。
※②、③、④()は、0、1歳児です。