

2月予定献立表

かみかみメニューには◎をつけてあります

かみかみメニューには◎をつけてあります				2026.2 聖隸こども園ひかりの子		幼児		乳児		
ひづけ 日付	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		エネルギー	脂質 g	エネルギー	脂質 g	
				乳児・午前	乳幼児・午後	たんぱく質 g	塩分 g	たんぱく質 g	塩分 g	
2	げつ 月		ごはん さかな や しる あおな みそ汁(青菜・わかめ) 魚のかば焼き 大根のきんぴら バナナ 麦茶 チーズ	むぎちや 麦茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	541	15.1	415	13.7	
3	か 火	せつぶん 節分	あか 赤おにライス ◎れんこんのグリル とんじる 豚汁 かん パイン缶 麦茶 福	むぎちや 麦茶 チーズ	とうにゅう 豆乳 せんべい	21.3	1.1	17.9	1.1	
4	すい 水		しょパン 食パン ウィンナーとキャベツの卵焼き いちじやが芋のスープ オレンジ	だいす 大豆のいそべ焼き ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ	や むぎちや 麦茶 バナナ	640	18.2	576	18.3	
5	もく 木		けんちんうどん ブロッコリーのサラダ みかん むぎちや 麦茶	チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ヨーグルト	20.8	1.6	19.9	1.5	
6	きん 金	こうつあんぜんきょうしつ 交通安全教室 (5歳児)	ごはん とりにく 鶏肉の照りマヨ焼き しる だいこん みそ汁(大根・えのき) りんご(乳児・オレンジ)	や むぎちや 麦茶 ナマル むぎちや 麦茶	牛乳 ビスケット	633	23.9	518	19.5	
7	ど 土	ほうしきさく 奉仕作業(5歳児)	ごはん チャーハン フルーツ 大根とわかめのスープ 豆乳	だいこん 麦茶 かし お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	24.6	1.6	19.3	1.2	
9	げつ 月		ごはん とりにく 鶏肉の香草焼き しる かぼちゃ みそ汁(南瓜・玉ねぎ)	マカロニサラダ ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ	麦茶 クラッカー	566	18.3	434	14.5	
10	か 火		ごはん ハンバーグ しる みそ汁(白菜・えのき)	なつとうあ 豆乳 ぎゅうにゅう 牛乳 バイン缶	豆乳 や むぎちや 麦茶	ゼリー※1	22.7	2.2	20.3	1.6
11	すい 水	けんこくわん 建国記念の日					514	10.0	430	9.0
12	もく 木		ミートソースパスタ オレンジ	◎ごぼうサラダ 豆乳	チーズ	452	10.5	381	9.7	
13	きん 金		ごはん や むぎちや 麦茶 みそ汁(豆腐・なめこ)	さかな 焼き魚 りんご(乳児・バナナ)	ちくせんに ◎筑前煮 むぎちや 麦茶	12.7	1.3	10.8	1.1	
14	ど 土	にゅうじ 乳児・ほし・にじ 懇談会	ごはん や むぎちや 麦茶 みそ汁(青菜・もやし)	ジャムサンド フルーツ	ホット 豆乳	745	27.2	548	21.1	
16	げつ 月		こぎつねごはん みそ汁(青菜・もやし)	◎焼きしやも※2 パイン缶	プロッコリー 麦茶	26.1	1.7	19.4	1.3	
17	か 火		のり塩チキンドック コーンスープ	フライ大根 オレンジ	だいこん ぎゅうにゅう 牛乳	593	16.4	537	16.8	
18	すい 水		ハヤシライス バナナ	パインサラダ 豆乳	牛乳 せんべい	21.7	1.1	20.7	1.2	
19	もく 木		しお 塩ラーメン りんご(乳児・オレンジ)	かぼちゃ 南瓜サラダ 豆乳	麦茶 ヨーグルト	651	23.7	553	20.2	
20	きん 金	わか えんそく お別れ遠足	べんとう お弁当の日	ひ りにゅうしょく ※離乳食は提供します。	ていきょう 牛乳 ビスケット	28.6	1.2	24.7	0.9	
21	ど 土		やき 焼うどん フルーツ	さい チンゲン菜のスープ	むぎちや 麦茶 かし お菓子	526	13.0	553	12.5	
23	げつ 月	てんのう たんじょうび 天皇誕生日				25.5	1.2	24.7	1.1	
24	か 火	えほん	しょパン 白菜のスープ	あつあ 厚揚げのバーベキュー焼き きゅうにゅう 牛乳 キウイ	や むぎちや 麦茶 チーズ	417	13.0	436	8.2	
25	すい 水		ごはん さかな みそ汁(じゃが芋・豆腐)	ふみや 魚のさんが風味焼きレモンソース しる いも とうふ バナナ	にんじん 人参サラダ むぎちや 麦茶	15.7	1.2	22.0	0.8	
26	もく 木		じょゆ 醤油ラーメン かん バイン缶	きんときにまめ 金時豆 とうにゅう 豆乳	おおなか 蒸した大きなかぶ ツナきゅう チーズ	566	21.8	489	4.5	
27	きん 金	えほん	ゆかりごはん おお 大きなかぶのすまじけ	とりにく 鶏肉のみそ焼き じる りんご(乳児・オレンジ)	や むぎちや 野菜(オーロラソース和え) あ むぎちや 麦茶 バナナ	20.1	1.6	19.2	0.4	
28	ど 土		さけ 鮭わかめおにぎり くださん 眞沢みそ汁	フルーツ とうにゅう 豆乳	や むぎちや 麦茶 かし お菓子	569	15.3	473	14.4	

※1 ひよこ組は月齢を考慮して、ヨーグルトに変更いたします。

※2 ひよこ組・こりす組・りす組は月齢を考慮して焼き魚に変更いたします。

※仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★今月の絵本献立を紹介します★

『むすきなか』 (福音館) ふくいんかん

この月は、教科書でもお馴染みの「おおきなかぶ」の絵本です。昨年度の提供時には、大根とかぶの違いに気づいた子どもたち。伝えることの大切さを教わりました。今年は、そのまま味わってもらいたくそのまま蒸して、翌日にはすまじ汁にしていただきたいと思います。みんなで力を合わせて、大きなかぶを引っ抜くあのかけ声！「うんとこしょどっこいしょ」のくり返しを楽しみ、あまり馴染みのない「かぶ」の存在を知る機会になれば幸いです。

今年も節分の季節になりました。3日に節分行事として「豆まき」を予定しています。鬼は「外」は内」と大きな声で邪氣を追い払えるといいですね。