

が つ よ て い こ ん だ て ひ ょ う
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

2026.2 聖隷こども園わかば

ひつけ 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		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー たんぱく質g	脂質 g 塩分 g	エネルギー たんぱく質g	脂質 g 塩分 g
2	げつ 月		ごはん <small>さかな</small> 魚のかば焼き <small>だいこん</small> 大根のきんぴら <small>しる</small> みそ汁(青菜・わかめ) <small>バナナ</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 チーズ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 <small>おに</small> 鬼まんじゅう	604 22.0	15.3 1.1	474 18.8	14.2 1.1
3	か 火	せつぶんまめ 節分(豆まき)	<small>あか</small> 赤おにライス ◎れんこんのグリル <small>ちや</small> <small>とんじる</small> 豚汁 <small>かん</small> パイン缶 <small>お茶</small>	<small>とうにゅう</small> 豆乳 せんべい	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 みかん・お菓子	608 20.6	18.1 1.7	540 19.4	17.8 1.5
4	すい 水		<small>しよく</small> 食パン <small>たまご</small> ウインナーとキャベツの卵焼き <small>だいず</small> 大豆のいそべ焼き <small>いも</small> じゃが芋のスープ <small>オレンジ</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	<small>ちや</small> お茶 バナナ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 のりまき(乳児:おにぎり)	633 24.6	23.9 1.6	518 19.3	19.5 1.2
5	もく 木		けんちんうどん <small>ブロッコリー</small> のサラダ チーズ <small>みかん</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 ヨーグルト	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ◎バジルガーリックラスク	566 24.7	18.3 2.2	434 20.3	14.5 1.6
6	きん 金		ごはん <small>とり</small> 鶏肉の照りマヨ焼き ナムル <small>しる</small> みそ汁(大根・えのき) <small>りんご</small> (乳児:オレンジ) <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 ビスケット	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ゼリー	514 22.7	10.0 1.1	430 18.6	9.0 1.1
7	ど 土		パン2種 <small>ポトフ</small> フルーツ <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	437 16.1	9.4 1.3	396 14.1	8.9 1.1
9	げつ 月		ごはん <small>とり</small> 鶏肉 <small>こうそう</small> の香草焼き <small>マカロニ</small> サラダ <small>しる</small> みそ汁(南瓜・玉ねぎ) <small>バナナ</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 クラッカー	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 やき 焼いも	646 21.4	19.0 1.1	528 17.4	17.0 1.0
10	か 火		ごはん <small>れんこん</small> チキンバーグ <small>なっとう</small> あえ <small>しる</small> みそ汁(白菜・えのき) <small>パイン</small> 缶 <small>お茶</small>	<small>とうにゅう</small> 豆乳 せんべい	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 いちごホイップサンド	677 25.9	20.5 1.9	543 22.3	17.5 1.6
11	すい 水	けんこくきねん ひ 建国記念の日				— —	— —	— —	— —
12	もく 木	しよくいく 食育	<small>しお</small> 塩ラーメン <small>かぼちゃ</small> 南瓜サラダ オレンジ <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 ヨーグルト	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 きなこおはぎ	579 22.0	13.0 1.2	510 20.6	15.7 1.3
13	きん 金		ごはん <small>や</small> 焼き魚 ◎筑前煮 <small>ちくぜん</small> に <small>しる</small> みそ汁(豆腐・なめこ) <small>りんご</small> (乳児:バナナ) <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 チーズ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ココアプリン	523 25.5	24.2 1.5	434 21.9	12.5 1.1
14	ど 土	たのしいつどい				— —	— —	— —	— —
16	げつ 月		ハヤシライス <small>パイン</small> サラダ オレンジ <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 チーズ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 マカロニきなこ	676 22.1	24.2 1.5	549 19.6	21.9 1.4
17	か 火		<small>しよく</small> 食パン <small>あつあ</small> 厚揚げのパーベキュー焼き <small>む</small> 蒸した大きなかぶ <small>はくさい</small> 白菜のスープ <small>パイン</small> 缶 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	<small>ちや</small> お茶 バナナ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ゆうやけおにぎり	540 22.0	13.3 1.6	471 18.1	11.5 1.3
18	すい 水		ゆかりごはん ◎エビフライ(乳児:白身魚フライ) <small>む</small> 蒸し野菜(オーロラソース和え) <small>おお</small> 大きなかぶのすまし汁 <small>キウイ</small> <small>お茶</small>	<small>とうにゅう</small> 豆乳 せんべい	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ◎ガーリックじゃこラスク	556 20.8	15.0 1.9	468 19.6	14.6 1.5
19	もく 木		ミートソースパスタ ◎ごぼうサラダ チーズ <small>りんご</small> (乳児:オレンジ) <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 ヨーグルト	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ◎オートミールレーズンクッキー	639 26.7	29.0 1.2	532 23.4	24.4 0.9
20	きん 金	<small>ぐみ</small> わか <small>えんそく</small> みどり組お別れ遠足	<small>てま</small> ずし <small>たまご</small> 手巻き寿司(玉子・ツナきゅうり・ <small>あま</small> にんじん・ <small>やき</small> にく・ <small>にゅう</small> じ・ <small>ずし</small> <small>ごもく</small> 五目汁 <small>バナナ</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 ビスケット	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 あんまん	630 21	16.7 1.3	483 16.6	13.8 1.1
21	ど 土		<small>やき</small> 焼うどん <small>チンゲン</small> 菜のスープ フルーツ <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	486 18.3	13.6 1.4	436 15.8	12.3 1.1
23	げつ 月	てんのうたんじょうび 天皇誕生日				— —	— —	— —	— —
24	か 火		こぎつねごはん ◎焼きししゃも <small>ブロッコリー</small> <small>しる</small> みそ汁(青菜・もやし) <small>パイン</small> 缶 <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 チーズ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 メロンパン	554 20.7	13.5 1.8	403 17.2	11.7 1.6
25	すい 水		ごはん <small>さかな</small> 魚のさんが風味焼きレモンソース <small>ひらひら</small> 人参サラダ <small>しる</small> みそ汁(じゃが芋・豆腐) <small>バナナ</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 クラッカー	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 だいがくいも 大学芋	619 23.8	17.0 1.5	506 19.1	15.4 1.2
26	もく 木		<small>しょうゆ</small> 醤油ラーメン <small>きんとき</small> にまめ 金時煮豆 <small>ツナ</small> きゅう <small>りんご</small> (乳児:オレンジ) <small>とうにゅう</small> 豆乳	<small>ちや</small> お茶 ヨーグルト	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 ◎煮干しかりんとう・ビスケット	579 25.1	18.5 2.0	500 23.2	17.3 1.7
27	きん 金	たんじょうかい 誕生会	<small>しお</small> のり塩チキンドック <small>フライド</small> 大根 コーンスープ <small>オレンジ</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	<small>とうにゅう</small> 豆乳 バナナ	<small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 抹茶きなこ味の麩ラスク	550 23.3	27.9 1.7	513 21.4	25.4 1.3
28	ど 土		<small>さけ</small> 鮭わかめおにぎり <small>フルーツ</small> <small>くだく</small> 真沢山みそ汁 <small>ゼリー</small> <small>お茶</small>	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	<small>ちや</small> お茶 <small>かし</small> お菓子	451 13.6	4.1 1.3	386 11.5	4.3 11.1

※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★

『おおきなかぶ』(福音館)

今月は、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。まずは、そのまま味わってもらいたいのでそのまま蒸して、翌日にはすまし汁にしていきたいと思います。

みんなで力を合わせて、大きなかぶを引っこ抜くあのかけ声!「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」「福は内」と大きな声で邪気を追い払えるといいですね。給食では子どもたちが元気で健やかに成長するようお願いを込めて、今年も「赤おにライス」を提供します。さて子どもたちの反応はどうなるでしょうか。