



## 令和8年 2月分献立表.

新座市保育園

日	曜日	献 立 名		主 な 食 品 名				
		1, 2歳 午前おやつ	昼食	午後おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの		
2 16	月	牛乳 せんべい	ごはん チキンごぼう 浅漬け すまし汁	きつねうどん	せんべい, 胚芽精米, 片栗粉, サラダ油, 三温糖, うどん	牛乳, 鶏こま肉, 木綿豆腐, わかめ, 煮干し(だし), 油揚げ, こんぶ(だし)	ごぼう, 人参, 青ビーマン, 玉ねぎ, きゅうり, 大根, えのき, 小松菜, 長ねぎ	
3 17	火	牛乳 ビスケット	【節分献立】 まめまきごはん 焼きししゃも 五目きんぴら みそ汁	【節分献立】 牛乳 3日 揚げパン 17日 きなこボール	ビスケット, 胚芽精米, ごま油, 三温糖, 糸こんにゃく, サラダ油, 米粉ロール, もち米, 胚芽精米	牛乳, こんぶ(だし), ちりめんじやこ, 大豆水煮, 煮干し(だし), ししゃも, 鶏こま肉, さつま揚げ, みそ, きな粉	ほうれん草, 人参, ごぼう, 白菜, 小松菜, ぶなしめじ	
4 18	水	牛乳 せんべい	かきたまうどん かぼちゃの甘煮 野菜の甘酢しようゆ漬	牛乳 4日 クイックブレッド 18日 ミニパン	せんべい, うどん, 片栗粉, 三温糖, 薄力粉, バター, ミニパン	牛乳, 鶏ひき肉, たまご, 煮干し(だし), こんぶ(だし), プレーンヨーグルト	小松菜, 人参, 玉ねぎ, 干し椎茸, かぼちゃ, きゅうり, 大根, にんにく, 干しうどん	
5 19	木	りんごジュース チーズ	ごはん れんこん入り松風焼き プロッコリー 中華スープ	ほうじ茶 青のりじやこごはん	胚芽精米, パン粉, 三温糖, 白いりごまごま油	チーズ, 鶏ひき肉, 調製豆乳, みそ, ベーコン, 煮干し(だし), 青のり, ちりめんじやこ	りんごジュース, れんこん, 玉ねぎ, 人参, プロッコリー, ぶなしめじ, 小松菜	
6 20	金	牛乳 ビスケット	豚丼 浅漬け みそ汁	牛乳 チーズポテト	ビスケット, 胚芽精米, しらたき, 三温糖, 小町ふ, ジャガイも, ヨネダタイプドレッシング	牛乳, 豚こま肉, わかめ, 煮干し(だし), みそ, ベーコン, 粉チーズ	玉ねぎ, えのき, 長ねぎ, キャベツ, きゅうり, 人参, 小松菜	
7 21	土	牛乳 せんべい	和風きのこスパゲッティ かぶのスープ プロッコリー	牛乳 まるパン みかん	せんべい, スパゲッティ, サラダ油, パン	牛乳, 豚こま肉, さざみのり, ベーコン, 煮干し(だし), こんぶ(だし)	人参, 玉ねぎ, ぶなしめじ, えのき, かぶ, みかん	
9	月	牛乳 せんべい	ごはん ささみフライ ボイルキャベツ トマト かぼちゃと野菜のスープ	牛乳 さつまいも砂糖がけ	せんべい, 胚芽精米, 薄力粉, パン粉, サラダ油, さつまいも, 三温糖	牛乳, 鶏ささ身, ベーコン, 煮干し(だし)	キャベツ, トマト, かぼちゃ, 玉ねぎ, 人参, 小松菜	
10 24	火	ヨーグルト	ごはん チキンカレー コーンサラダ	牛乳 ポップコーン りんご	胚芽精米, ジャガイも, クリームコーン缶, 薄力粉, バター, サラダ油, ホールコーン, ポップコーン用コーン	ヨーグルト, 鶏こま肉, 牛乳, ロースハム, わかめ	人参, 玉ねぎ, にんにく, しょうが, キャベツ, きゅうり, りんご	
	25	水	牛乳 せんべい	ごはん たまご焼き 切干大根のナムル けんちん汁	牛乳 ツナ春巻き	せんべい, 胚芽精米, 三温糖, サラダ油, ホールコーン, 白いりごま, ごま油, ジャガイも, 糸こんにゃく, 春巻きの皮	牛乳, 豚こま肉, 鶏ひき肉, かまぼこ, 木綿豆腐, 煮干し(だし), ロースハム, ツナ缶, ピザ用チーズ	玉ねぎ, 切干だいこん, キュウリ, 人参, ごぼう, 大根, 長ねぎ, ぶなしめじ
12 26	木	牛乳 ビスケット	ロールパン タンドリーチキン フレンチサラダ キャベツとコーンのスープ	ほうじ茶 チーズおにぎり	ビスケット, 米粉ロール, サラダ油, ホールコーン, 胚芽精米, 白いりごま	牛乳, 鶏もも肉, プレーンヨーグルト, わかめ, ベーコン, 煮干し(だし), サラダチーズ, 粉末かつお節	玉ねぎ, しょうが, にんにく, プロッコリー, キャベツ, キュウリ	
13 27	金	みかんジュース チーズ	あんかけ焼きそば さつまいもの甘煮 プロッコリー	牛乳 セサミドーナツ	蒸し中華めん, サラダ油, 片栗粉, さつまいも, 三温糖, 薄力粉, 白いりごま, 白すりごま	チーズ, 豚こま肉, いか, かまぼこ, 牛乳, たまご, スキムミルク	みかんジュース, 白菜, 緑豆もやし, 人参, 干し椎茸, プロッコリー	
14 28	土	牛乳 せんべい	チャーハン ごまあえ みそ汁	牛乳 まるパン みかん	せんべい, 胚芽精米, サラダ油, 白すりごま, 三温糖, ジャガイも, パン	牛乳, 烧豚, たまご, わかめ, 煮干し(だし), みそ	長ねぎ, キャベツ, 人参, 小松菜, 玉ねぎ, みかん	
お誕生会		牛乳 せんべい	5歳児クラスで選んだ メニューです！※	ぶどうゼリー ビスケット みかん	せんべい, 三温糖, ビスケット	牛乳, アガ	ぶどうジュース, みかん	

※都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。

### ※お誕生会のメニュー

第一保育園 きつねうどん から揚げ トマト のりあえ ヨーグルトあえ  
第二保育園 しそぶりかけごはん 鮭のマヨ焼き かぶのスープ フルーツポンチ いちご  
第三保育園 冷やし中華 から揚げ さつまいもの甘煮 フルーツポンチ いちご  
第四保育園 照り焼きチキン丼 ジャコサラダ たまごスープ フルーツポンチ いちご  
第五保育園 野菜ラーメン から揚げ スティック野菜 フルーツポンチ いちご  
第六保育園 野菜ラーメン から揚げ スティックきゅうり フルーツポンチ いちご

月間平均栄養摂取量 ※日本食品標準成分表2020年版(八訂) に基づく栄養計算	1・2歳児		3歳児以上	
	エネルギー(kcal)	△/△/△による たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	△/△/△による たんぱく質(g)
507	20	553	21.9	

毎月19日は食育の日です。

「早寝早起きみんなで毎日朝ごはん」をすすめています。  
まずは、簡単・手軽なもので毎日続けましょう。

