

令和8年2月分 献立表（食材表）

毛呂山町立保育園

日 曜	給食 献立名	材料名			10時おやつ	栄養価	
		熱や力 になるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの		3時おやつ	3歳 未満児
2 (月)	ごはん 小松菜ときのこのすまし汁 親子丼の具 お芋のフライ・みかん	精白米／砂糖／油／じゃがいも／薄力粉／パン粉／ロールパン／バター	牛乳／鶏肉／生揚げ／たまご／あおのり	りんごジュース／小松菜／えのきだけ／干し椎茸／にんじん／たまねぎ／みかん	りんごジュース	505	554
					ラスク 牛乳	16.3	19.3
3 (火)	ごはん・豚汁 めかじきのバターしょうゆ焼き 野菜の納豆和え バナナ	精白米／油／バター／食パン	牛乳／豚肉／みそ／めかじき／挽きわり納豆	大根／にんじん／ごぼう／パセリ／ほうれん草／もやし／バナナ／いちごシャム	牛乳	535	561
					恵方ロール 牛乳	23.4	23.3
4 (水)	ごはん・白菜とわかめのみそ汁 豆腐ハンバーグ ブロッコリーりんごサラダ・オレンジ (0・1歳組はりんご抜き)	精白米／パン粉／かたくり粉／マヨネーズ／油／砂糖／せんべい	わかめ／みそ／木綿豆腐／鶏肉／ヨーグルト	バナナ／白菜／にんじん／たまねぎ／ブロッコリー／きゅうり／りんご／オレンジ	バナナ	460	500
					ヨーグルト せんべい・麦茶	16.3	18.8
5 (木)	ごはん ポークカレー 鶏肉と野菜のソテー バナナ	精白米／油／じゃがいも／砂糖／ごま油／お葉子	ヨーグルト／豚肉／鶏肉／牛乳	しょが／にんにく／トマト（缶）／たまねぎ／にんじん／ほうれん草／もやし／ホールコーン／バナナ	ヨーグルト	545	570
					ピスケット 牛乳	21.2	20.2
6 (金)	わかめごはん・豆腐としめじのすまし汁 ちくわのいそべ揚げ 野菜の五目和え・バナナ	精白米／薄力粉／油／砂糖／すりごま	牛乳／わかめ／木綿豆腐／焼きちくわ／たまご／あおのり／油揚げ／ツナ／干ひじき	しめじ／もやし／きゅうり／にんじん／干し椎茸／バナナ／なめだけ	牛乳	497	513
					おにぎり（ツナ・ひじき） 麦茶	19.2	18.5
9 (月)	ふりかけごはん・オニオンスープ ポテトコロッケ キャベツのおかかマヨ和え りんご（0・1歳組はバナナ）	精白米／じゃがいも／油／薄力粉／パン粉／マヨネーズ／砂糖／コーンフレーク	ベーコン／豚肉／たまご／かつお節／牛乳	バナナ／にんじん／たまねぎ／キャベツ／りんご／バナナ	牛乳	542	574
					コーンフレーク 牛乳	15.6	14.8
10 (火)	ごはん・大根とわかめのみそ汁 豚肉のすき焼き風 きゅうりとちくわの和え物 バナナ	精白米／砂糖／しらたき／ごま油／ごま／食パン／バター	わかめ／みそ／豚肉／豆腐／ちくわ／牛乳／たまご	りんごジュース／大根／にんじん／白菜／干し椎茸／ねぎ／えのきだけ／きゅうり／もやし／バナナ	りんごジュース	480	509
					フレンチトースト 牛乳	18.4	21.8
12 (木)	ごはん・かぶと油揚げのみそ汁 さばのカレー焼き 春雨と野菜のソテー りんご（0・1歳組はバナナ）	精白米／砂糖／はるさめ／ごま油／ロールパン／油	ヨーグルト／油揚げ／みそ／さば／ワインナー／牛乳／きな粉	かぶ／しめじ／キャベツ／たまねぎ／にんじん／りんご／バナナ	ヨーグルト	587	609
					揚げパン 牛乳	23.8	23.1
13 (金)	ロールパン・野菜スープ ジャーマンオムレツ マカロニサラダ みかん	ロールパン／油／じゃがいも／マカロニ／マヨネーズ／砂糖／薄力粉／バター	牛乳／鶏肉／ベーコン／たまご	キャベツ／にんじん／たまねぎ／きゅうり／ホールコーン／みかん／バナナ	牛乳	529	523
					ココアバナナケーキ 牛乳	19.4	18.3
16 (月)	ごはん・かきたま汁 豚肉の生姜焼き ポテト入りフレンチサラダ バナナ	精白米／かたくり粉／油／砂糖／じゃがいも／クラッカー／いちごシャム	牛乳／たまご／豚肉	ねぎ／たまねぎ／にんじん／しょうが／キャベツ／きゅうり／ホールコーン／バナナ	牛乳	498	513
					クラッカーサンド 牛乳	20.4	20.6
17 (火)	ラーメン・わかめおにぎり 鶏肉の照り焼き ツナとコーンのサラダ オレンジ・りんご（0・1歳組はバナナ）	中華そば／ごま油／精白米／かたくり粉／油／砂糖／カステラ	ヨーグルト／チャーシュー／なると／こんぶ／わかめ／鶏肉／ツナ／生クリーム	ねぎ／しょうが／キャベツ／きゅうり／ホールコーン／にんじん／オレンジ／りんご／バナナ／みかん（缶）	ヨーグルト	571	585
					カステラケーキ 牛乳	23.4	22.7
18 (水)	ごはん チキンカレー ワインナーと野菜のソテー バナナ	精白米／油／じゃがいも／砂糖／グレープゼリー／せんべい	牛乳／鶏肉／ワインナー	ににく／しょうが／トマト（缶）／たまねぎ／にんじん／キャベツ／エリンギ／バナナ	牛乳	539	550
					グレープゼリー せんべい・麦茶	15.3	14.2
19 (木)	ごはん・かぶのスープ 豆腐のコロコロ揚げ ハムとブロッコリーのサラダ オレンジ	精白米／油／パン粉／かたくり粉／砂糖／マヨネーズ／ぎょうざの皮／メープルシロップ	豚肉／木綿豆腐／鶏肉／ロースハム／牛乳／ピザ用チーズ／魚肉ソーセージ	バナナ／かぶ／にんじん／たけのこ／たまねぎ／ブロッコリー／きゅうり／レタス／オレンジ	バナナ	525	568
					ぎょうざの皮ピザ 牛乳	17.8	20.8
20 (金)	ごはん 小松菜と油揚げのみそ汁 焼き鮭・肉じゃが バナナ	精白米／油／じゃがいも／しらたき／砂糖／ドッグパン／コーンスターク／薄力粉	油揚げ／みそ／鮭／豚肉／牛乳	りんごジュース／小松菜／たまねぎ／にんじん／バナナ	りんごジュース	545	581
					ミルクサンド 牛乳	21.8	25.8
24 (火)	ごはん・大根とえのきのみそ汁 ビビンバ さつまいもスティック りんご（0・1歳組はバナナ）	お菓子／精白米／砂糖／ごま油／さつまいも／油／かたくり粉／食パン／バター	みそ／豚肉／牛乳／きな粉	大根／えのきだけ／ねぎ／しょうが／ほうれん草／もやし／にんじん／りんご／バナナ	ピスケット	555	602
					きなこトースト 牛乳	15.2	17.2
25 (水)	ごはん ほうれん草と麸のすまし汁 さばの照りあんかけ焼き きんぴら・オレンジ	精白米／麸／砂糖／かたくり粉／油／ごま油／せんべい	さば／豚肉／牛乳	りんごジュース／ほうれん草／ごぼう／にんじん／れんこん／さやいんげん／オレンジ	りんごジュース	484	530
					せんべい 牛乳	16.1	19.1
26 (木)	ごはん・白菜スープ 鶏肉のから揚げ 野菜のしらす和え りんご（0・1歳組はバナナ）	精白米／かたくり粉／油／ごま／砂糖	牛乳／鶏肉／しらす干し／ヨーグルト／生クリーム	白菜／にんじん／しめじ／にんにく／もやし／小松菜／りんご／バナナ／みかん（缶）	牛乳	506	541
					フルーツヨーグルト 麦茶	17.1	17.4
27 (金)	ごはん キャベツとベーコンのスープ マーボー豆腐 パンサンダー・バナナ	精白米／ごま油／かたくり粉／砂糖／はるさめ／じゃがいも／天ぷら粉／油／ごま	ヨーグルト／ベーコン／豚肉／木綿豆腐／みそ／ロースハム／牛乳／みそ	キャベツ／ににく／しょうが／にんじん／ねぎ／もやし／きゅうり／ホールコーン／バナナ	ヨーグルト	513	530
					みそポテト 牛乳	17.4	15.9
※食材の仕入れ状況や行事等により、献立や食材が変更になることがあります。					月平均	523	551
						18.8	19.5