

2026年2月 献立表 (キンダー)

2026年1月20日
しあわせの丘こども園

日 曜	昼食献立名	午後おやつ	材料 (昼食とおやつ)		
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 日					
2 月	ごはん キャベツのスープ タンドリーチキン 大根とウインナーの洋風煮	ちんすこう 牛乳	米、小麦粉、砂糖、油	牛乳、鶏肉、ウインナー、ヨーグルト、スキムミルク	大根、玉ねぎ、小松菜、キャベツ、にんじん
3 火	ごはん 豆腐のすまし汁 さわらの天ぷら 切干大根煮	恵方巻き	米、片栗粉、油、砂糖	さわら、豆腐、大豆粉、ちくわ、焼きのり、さくらでんぶ	ほうれん草、にんじん、切干大根、きゅうり、干ししいたけ、コーン
4 水	パン クリームシチュー スパゲティサラダ オレンジ	じゃこしそおにぎり	ロールパン、米、じゃがいも、シチュールー、スパゲティ、油	牛乳、鶏肉、ツナ水煮、スキムミルク、しらす干し	オレンジ、玉ねぎ、にんじん、フロコリー、きゅうり、コーン、しそふりかけ
5 木	ごはん ジョア (ブレン) わかめのみそ汁 すきやき風煮 ちくわの磯部揚げ	ポテトチーズもち 牛乳	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖	ジョア (ブレン)、牛乳、牛肉、ちくわ、みそ、チーズ、大豆粉、わかめ、あおのり	白菜、玉ねぎ、にんじん、しらたき
6 金	ごはん 型抜きチーズ 春雨スープ 鶏のからあげ フロコリーとじゃがいものサラダ	フルーツポンチ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、春雨、油	鶏肉、型抜きチーズ、わかめ	玉ねぎ、白桃缶、みかん缶、バナナ、パイン缶、フロコリー、コーン、しょうが、干ししいたけ
7 土	鶏肉丼 じゃがいものみそ汁 バナナ	おかかおにぎり	米、じゃがいも、砂糖	鶏肉、みそ、かつお節	玉ねぎ、バナナ、ほうれん草、にんじん、青ねぎ、しいたけ
8 日					
9 月	チキンカレーライス 大根のツナサラダ バナナ	マッシュマロおこし 牛乳	米、じゃがいも、カレールー、コーンフレーク、マッシュマロ、油	牛乳、鶏肉、ツナ水煮、かつお節	大根、玉ねぎ、バナナ、にんじん、きゅうり
10 火	ごはん ほうれんそうのみそ汁 豚肉の生姜焼き 白菜と厚揚げの煮浸し	アップルケーキ 牛乳	米、ホットケーキミックス、砂糖、油	牛乳、豚肉、厚揚げ、みそ	白菜、玉ねぎ、ほうれん草、りんご、しめじ、えのきたけ、しょうが
11 水	建国記念の日				
12 木	ごはん 小松菜のみそ汁 春菊のかき揚げ 高野豆腐の詰め煮	フルーツヨーグルト	米、油、さつまいも、片栗粉、砂糖	ヨーグルト、ちくわ、油揚げ、スキムミルク、高野豆腐、みそ、大豆粉	玉ねぎ、小松菜、白桃缶、バナナ、にんじん、みかん缶、しゅんぎく、えのきたけ
13 金	ごはん 大根のみそ汁 焼魚 にんじんとツナのしりしり	米粉ブラウニー 牛乳	米、砂糖、米粉、油、ココア、片栗粉	牛乳、鮭、豆腐、ツナ水煮、油揚げ、みそ	にんじん、大根、ピーマン
14 土	音楽・生活発表会				
15 日					
16 月	ごはん 豚汁 さわらの照焼き ちくわのマヨ和え	ドーナツ 牛乳	米、ホットケーキミックス、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、さわら、豚肉、おから、ちくわ、油揚げ、みそ	キャベツ、にんじん、玉ねぎ、大根、青ねぎ、しょうが

日 曜	昼食献立名	午後おやつ	材料 (昼食とおやつ)		
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17 火	豚丼 豆腐のみそ汁 フルーツポンチ	大根もち	米、上新粉、片栗粉、砂糖、油、ごま油	豚肉、豆腐、みそ	玉ねぎ、大根、バナナ、にんじん、小松菜、白桃缶、みかん缶、パイン缶
18 水	パン チキンスープ ウインナーのオープン焼き かぼちゃサラダ	ツナマヨおにぎり	ロールパン、じゃがいも、米、砂糖	ウインナー、鶏肉、ツナ水煮	かぼちゃ、チンゲン菜、玉ねぎ、コーン、にんじん、きゅうり、裏ごしコーン
19 木	麦ごはん ジョア (いちご) じゃがいものみそ汁 ささみカツ ひじき煮	にんじんケーキ 牛乳	米、ホットケーキミックス、押麦、じゃがいも、パン粉、油、砂糖、小麦粉	ジョア (いちご)、牛乳、ささみ、油揚げ、大豆、みそ、ちくわ、ひじき	にんじん、小松菜
20 金	ごはん 厚揚げのみそ汁 肉じゃが 春雨サラダ	きなこあんバタートースト 牛乳	米、じゃがいも、食パン、春雨、砂糖、マーガリン、油、ごま油	牛乳、牛肉、こしあん、ささみ、厚揚げ、みそ、きな粉	玉ねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれん草、いんげん
21 土	ひじきそぼろ丼 大根のすまし汁 ほうれん草のおかか和え	バナナ	米、油、米粉、砂糖	豚ひき肉、大豆、油揚げ、ひじき、かつお節	バナナ、ほうれん草、玉ねぎ、大根、にんじん、えのきたけ、しょうが
22 日					
23 月	天皇誕生日				
24 火	ハヤシライス マセドアンサラダ みかんヨーグルト	揚げパン 牛乳	米、ロールパン、じゃがいも、ハヤシルウ、油、砂糖	牛乳、ヨーグルト、牛肉、スキムミルク	玉ねぎ、にんじん、みかん缶、コーン、きゅうり、エリンギ
25 水	ごはん 春雨スープ 油淋鶏 キャベツのマヨ和え	ココア蒸しパン 牛乳	米、米粉、砂糖、片栗粉、油、春雨、ココア	牛乳、鶏肉、わかめ	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、白ねぎ、コーン、しょうが、干ししいたけ
26 木	ごはん 型抜きチーズ キャベツのみそ汁 鮭のねぎマヨ焼き ハリハリ野菜炒め	フライドポテト 牛乳	じゃがいも、米、油	牛乳、鮭、型抜きチーズ、ウインナー、みそ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、小松菜、切干大根、青ねぎ
27 金	ごはん 油揚げのみそ汁 ハンバーグ ポテトサラダ	米粉ケーキ	米、じゃがいも、米粉、砂糖、油、片栗粉	豆乳、豚ひき肉、牛ひき肉、油揚げ、みそ、豆乳シソ	玉ねぎ、にんじん、きゅうり、小松菜
28 土	新入園児説明会				