

# 令和8年2月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園  
光明第四こども園

	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			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	
2月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、白菜のみそ汁、鮭の塩麹焼き、がめ煮、いよかん	◎じゃがいも、米、さいとも(冷凍)、○油、○小麦粉、糸こんにゃく、○砂糖、玄米、砂糖、塩こうじ	○牛乳、さけ、鶏もも肉、米みそ、油揚げ、○白みそ、◎豆乳	いよかん、はくさい、にんじん、れんこんいちょう切り、たけのこ(ゆで)、ごぼう、いんげん、◎きゅうり	牛乳 みそポテト
3火	飲むヨーグルト	おにっこライス、キャベツのみそ汁、金棒つくね、ひじきと大豆のサラダ、いちご	米、焼きそばめん、○米、○マヨネーズ、片栗粉、○砂糖、三温糖、ごま油	鶏ひき肉、だいたい水煮缶詰、ツナ水煮缶、○かにかまフレーク、○卵(厚焼き卵)、米みそ、○ツナ水煮缶、油揚げ、白みそ、スライスチーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、にんじん、ねぎ、ごぼう、コーン缶、キャベツ、◎きゅうり、○焼きのり、ひじき、しそ、焼きのり	麦茶 恵方巻き
4水	豆乳 だいたいこんスティック	ごはん、中華風コーンスープ、ホイコーロー、春雨サラダ、オレンジ	米、○小麦粉、○砂糖、○油、はるさめ、玄米、砂糖、○むらさきいも、片栗粉、油、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、米みそ、テンメンジャン(落花生なしのもの)、◎豆乳	キャベツ、オレンジ、クリームコーン缶、ねぎ、ピーマン、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、◎だいたいこん	牛乳 ちんすこう
5木	飲むヨーグルト	ナン、牛乳、キーマカレー、パスタ入りグリーンサラダ、グレープフルーツ	ナン、スパゲティ、○砂糖、○リッツ、油	牛乳、○ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、だいたい水煮缶詰、鶏ささ身、○脱脂粉乳、◎ヨーグルト(ドリンク)	グレープフルーツ、たまねぎ、ミニブロッコリー、レタス、にんじん、○いちごジャム、○キウイフルーツ、グリーンピース(冷凍)、○バナナッブル	麦茶 ジャムのせヨーグルト リッツクラッカー
6金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、鶏のすまし汁、かわいいの西京焼き、ほうれん草の納豆あえ、りんご	米、○ベルギーワッフル、玄米、三温糖	○牛乳、かわいい、納豆、鶏ささ身、米みそ、◎豆乳	ほうれんそう、りんご、だいたいこん(たくあん)、みつば、カットわかめ	牛乳 ベルギーワッフル
7土	豆びよいちご	おにぎり(おかか・わかめ)、豆腐みそ汁、鶏のから揚げ、野菜スティック、みかん	米、マヨネーズ、油、玄米、片栗粉、小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、○チーズ、米みそ、木綿豆腐、白みそ、かつお節、◎豆乳飲料	ミニブロッコリー、みかん、だいたいこん、にんじん、焼きのり、しょうが、カットわかめ	牛乳 原宿ドック
9月	豆乳 きゅうりスティック	手作りふりかけごはん、白菜とカニカマのすまし汁、さばのみそ煮、ほうれん草のなめたけ和え、オレンジ	米、○パイ皮、玄米、三温糖	○牛乳、さば、○ハム、○とろけるチーズ、白みそ、かにかまフレーク、赤みそ、すりごま(白)、干しえび、かつお節、◎豆乳	オレンジ、ほうれんそう、ねぎ、はくさい、もやし、えのきたけ、なめたけ、あおのり、◎きゅうり	牛乳 ハムチーズパイ
10火	飲むヨーグルト	かしわめし、あおさのみそ汁、黒はんぺんのフライ、キャベツの塩昆布あえ、キウイフルーツ	米、○ホットケーキ粉、○メープルシロップ、油、玄米、パン粉、小麦粉	○牛乳、黒はんぺん、木綿豆腐、○卵、鶏もも肉、○バター、だし入りみそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	キャベツ、キウイフルーツ、もやし、にんじん、ごぼう、塩こんぶ、干しいたけ、あおさ	牛乳 ホットケーキ
11水	 <b>建国記念の日</b> 					
12木	飲むヨーグルト	八王子ラーメン、揚げワンタン、にんじんシリシリ、りんご	ゆで中華めん、ワンタンの皮、○米、油、○油、○玄米、ごま油	卵、○豚肉(もも)、焼き豚、豚ひき肉、○油揚げ、◎ヨーグルト(ドリンク)	りんご、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、コーン缶、たけのこ(塩蔵しなちく)、○刻みこんぶ、○しょうが	麦茶 しじゅうしおにぎり
13金	豆乳 おしゃぶり昆布	おいなりさん、すいとん汁、さつまいものごまみそ煮、みかん	米、さつまいも、小麦粉、三温糖、○アラザン	○牛乳、油揚げ(甘煮)、○ホイップクリーム、油揚げ、白みそ、すりごま、白いりごま、◎豆乳	みかん、はくさい、○いちご、だいたいこん、にんじん、しめじ、だいたいこん(たくあん)、干しいたけ	牛乳 ビスケットケーキ
14土	アップル&キャロット	肉うどん、海老シュウマイ、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	ゆでうどん、しゅうまい(冷凍)、○砂糖、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、かにかまぼこ、えび、かつお節	◎野菜ジュース、ミニブロッコリー、バナナ、たまねぎ、コーン缶、○みかん缶、○かんでん	牛乳 みかんのミルク寒天
16月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、白菜のみそ汁、鮭の塩麹焼き、がめ煮、いよかん	◎じゃがいも、米、さいとも(冷凍)、○油、○小麦粉、糸こんにゃく、○砂糖、玄米、砂糖、塩こうじ	○牛乳、さけ、鶏もも肉、米みそ、油揚げ、○白みそ、◎豆乳	いよかん、はくさい、にんじん、れんこんいちょう切り、たけのこ(ゆで)、ごぼう、いんげん、◎きゅうり	牛乳 みそポテト
17火	飲むヨーグルト	ごはん、キャベツのみそ汁、れんこんつくね、ひじきと枝豆のサラダ、キウイフルーツ	米、片栗粉、砂糖、玄米、三温糖、ごま油	○牛乳、鶏ひき肉、ツナ水煮缶、米みそ、油揚げ、◎ヨーグルト(ドリンク)	キウイフルーツ、にんじん、れんこんいちょう切り、ねぎ、コーン缶、キャベツ、えだまめ、ひじき	牛乳 肉まん
18水	豆乳 だいたいこんスティック	ごはん、中華風コーンスープ、ホイコーロー、春雨サラダ、オレンジ	米、○小麦粉、○油、○砂糖、はるさめ、玄米、砂糖、片栗粉、油、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、米みそ、テンメンジャン(落花生なしのもの)、◎豆乳	キャベツ、オレンジ、クリームコーン缶、ねぎ、ピーマン、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、◎だいたいこん	牛乳 ちんすこう
19木	飲むヨーグルト	ナン、牛乳、キーマカレー、パスタ入りグリーンサラダ、グレープフルーツ	ナン、スパゲティ、油	牛乳、豚ひき肉、だいたい水煮缶詰、鶏ささ身、◎ヨーグルト(ドリンク)	グレープフルーツ、たまねぎ、ミニブロッコリー、レタス、にんじん、○みかん缶、○いちご、グリーンピース(冷凍)	麦茶 ゼリー屋さん
20金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、鶏のすまし汁、かわいいの西京焼き、ほうれん草の納豆あえ、りんご	米、○ホットケーキ粉、○油、玄米、○砂糖、○粉糖、三温糖	○牛乳、かわいい、納豆、鶏ささ身、○卵、○バター、米みそ、◎豆乳	ほうれんそう、りんご、だいたいこん(たくあん)、みつば、カットわかめ	牛乳 ねこのドーナツ
21土	豆びよいちご	チャーハン、わかめスープ、ぎょうざ、バナナ	ぎょうざ(冷凍)、米、○食パン、ごま油、玄米、○マヨネーズ、油	○牛乳、焼き豚、○卵サラダ、◎豆乳飲料	バナナ、たけのこ(ゆで)、にんじん、ねぎ、たまねぎ、カットわかめ	牛乳 たまごサンドイッチ
23月	 <b>天皇誕生日</b> 					
24火	飲むヨーグルト	オムライス、クラムチャウダー、ブロッコリーとしめじのサラダ、いちご	米、じゃがいも、マヨネーズ、○砂糖、ねりごま	○牛乳、牛乳、スクランブルエッグ(スノーマン)、○生クリーム、鶏もも肉、サラダチーズ、スライスチーズ、あさり、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、ミニブロッコリー、○バナナ、たまねぎ、しめじ、ミックスベジタブル(冷凍)、ホールトマト缶詰、にんじん、マッシュルーム、焼きのり	牛乳 ロールケーキ
25水	豆乳 大根スティック	手作りふりかけごはん、白菜とカニカマのすまし汁、さばのみそ煮、ほうれん草のなめたけ和え、オレンジ	米、○パイ皮、玄米、三温糖	○牛乳、さば、○ハム、○とろけるチーズ、白みそ、かにかまフレーク、赤みそ、すりごま(白)、干しえび、かつお節、◎豆乳	オレンジ、ほうれんそう、ねぎ、はくさい、もやし、えのきたけ、なめたけ、あおのり、◎だいたいこん	牛乳 ハムチーズパイ
26木	飲むヨーグルト	とんこつラーメン、揚げワンタン、にんじんシリシリ、りんご	ゆで中華めん、ワンタンの皮、○米、油、○油、○玄米、ごま油	卵、○豚肉(もも)、焼き豚、豚ひき肉、○油揚げ、白いりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	りんご、にんじん、ねぎ、もやし、キャベツ、○刻みこんぶ、○しょうが、黒きくらげ	麦茶 しじゅうしおにぎり
27金	牛乳 おしゃぶり昆布	バターロール、豆乳スープ、タンドリーチキン、枝豆とコーンのソテー、キウイフルーツ	ロールパン、○きりたんぼ、○ごま油	◎牛乳、調整豆乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、バター、○鶏もも肉、○油揚げ、○木綿豆腐	むきえだまめ、コーン缶、キウイフルーツ、クリームコーン缶、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、○はくさい、○だいたいこん、○ねぎ、○にんじん、○こまつな、○ごぼう、しょうが	麦茶 きりたんぼ汁
28土	白ぶどう&ほうれん草	ソースかつ丼、小松菜のみそ汁、和風ポテトサラダ、バナナ	米、○ロールパン、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、油、小麦粉、玄米	○牛乳、豚肉(ヒレ)、○ホイップクリーム、米みそ、ツナ水煮缶、油揚げ	バナナ、○もも缶、むきえだまめ、こまつな、にんじん、ひじき	牛乳 フルーツサンド



☆ 一日あたりの平均給与量 ☆

	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	519kcal	20.7g	18.7g	225mg	2.1mg	177μg	0.37mg	0.40mg	40mg
3歳未満児	479kcal	20.1g	17.3g	248mg	2.3mg	145μg	0.31mg	0.40mg	33mg

- ☆ 今月の行事食 ☆
- 2日: がめ煮(福岡県)
  - 3日: 節分
  - 10日: かしわ飯(福岡県)
  - 13日: 二の午・精進料理、バレンタインメニュー
  - 19日: ゼリー屋さん(道組リクエスト)
  - 24日: 誕生日
  - 26日: とんこつラーメン(福岡県)

・仕入等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

