

令和8年 2月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園
光明第五保育園

日付	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	☆郷土料理・福岡県☆ 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、さといも(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、白みそ、 赤みそ、油揚げ、◎白みそ、◎豆乳	いよかん、はくさい、にんじん、れんこん、 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	★節分メニュー★ おにっこライス、みそ汁(キャベツ・あげ)、 金棒つね、ひじきと大豆のサラダ、いちご	米、焼きそばめん、片栗粉、 三温糖、◎マシュマロ、 ごま油、◎玄米フレーク、 あらね、とんがりコーン	鶏ひき肉、だいたい水煮、◎だいたい水煮、ツナ水煮、 白みそ、赤みそ、油揚げ、スライスチーズ、 ◎無塩バター、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、にんじん、ねぎ、ごぼう、 コーン、キャベツ、ひじき、しそ、 焼きのり	麦茶 大豆フレークスナック
4水	豆乳 大根スティック	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、スパゲティー、 ◎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、鶏ささ身、◎脱脂粉乳、 ◎豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ、ブロッコリー、 レタス、にんじん、◎ストロベリーソース、 グリーンピース(冷凍)、◎だいたいこ	麦茶 いちごソースヨーグルト リッツクラッカー
5木	飲むヨーグルト	ごはん、中華風コンスープ、 ホイコーロー、 春雨サラダ、オレンジ	米、◎小麦粉、◎油、はるさめ、 ◎黒砂糖、◎砂糖、玄米、砂糖、 片栗粉、油、ごま油	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、赤みそ、 テンメンジャン(落花生なしのもの)、◎きな粉、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	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	★第五の日★ 牛乳 ちんすこう (黒糖・きなこ)
6金	豆乳 にんじんスティック	ごはん、鶏のすまし汁、 かれないの西京焼き、 ほうれん草の納豆あえ、りんご	米、◎メープルマフィン、 玄米、三温糖	◎牛乳、かれない、納豆、鶏ささ身、 西京みそ、◎豆乳	ほうれんそう、りんご、 にんじん、みつば、 カットわかめ、◎にんじん	牛乳 メープルマフィン
7土	野菜ジュース	ツナの和風スパゲティー、 チキンナゲット、 かぼちゃのサラダ、バナナ	スパゲティー、 ◎コーンフレーク、 マヨドレ、オリーブ油	◎牛乳、チキンナゲット、 ツナ水煮缶、バター	◎野菜ミックスジュース、かぼちゃ、 バナナ、ほうれんそう、むきえだまめ、 コーン	牛乳 コーンフレーク
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、◎スライスチーズ、 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	☆郷土料理・福岡県☆ かしわめし、あおさのみそ汁、 さけの塩麹焼き、 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、玄米	◎牛乳、さけ、豆腐、鶏もも肉、 ◎バター、白みそ、赤みそ、◎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、 干ししいたけ、あおさ	牛乳 ホットケーキ
11水	 建国記念の日 					
12木	飲むヨーグルト	☆郷土料理・福岡県☆ とんこつラーメン、揚げワントン、 ナムル、りんご	焼きそばめん、◎米、 ワントンの皮、油、 ◎玄米、ごま油	焼き豚、豚ひき肉、白いりごま、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	りんご、もやし、にんじん、ねぎ、 こまつな、キャベツ、黒きくらげ	麦茶 菜飯おにぎり (一部非常食を使用)
13金	豆乳 にんじんスティック	★精進料理・二の午★ おいなりさん、すいとん汁、 さつまいものごまみそ煮、いちご	米、さつまいも、小麦粉、 三温糖、◎ビスケット	◎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	いちご、はくさい、◎いちご、だいたいこ、 にんじん、しめじ、干ししいたけ、◎にんじん	牛乳 ビスケットケーキ
14土	野菜ジュース	肉うどん、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	豚肉(肩ロース)、◎牛乳、 かにかまぼこ、かつお節	◎野菜ミックスジュース、ブロッコリー、 バナナ、たまねぎ、コーン、 おみかん缶、◎かんでん	麦茶 みかんのミルク寒天
16月	豆乳 きゅうりスティック	☆郷土料理・福岡県☆ 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、さといも(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、白みそ、 赤みそ、油揚げ、◎白みそ、◎豆乳	いよかん、はくさい、にんじん、れんこん、 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、みそ汁(キャベツ・あげ)、 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、 ◎にくまん	◎牛乳、鶏ひき肉、ツナ水煮缶、 白みそ、赤みそ、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、 ねぎ、コーン、キャベツ、 えだまめ、ひじき	牛乳 肉まん
18水	豆乳 大根スティック	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、スパゲティー、 ◎リッツ、油	牛乳、豚ひき肉、だいたい水煮、 鶏ささ身、◎豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ、 ブロッコリー、◎パイナップル、 レタス、にんじん、◎いちご、 グリーンピース(冷凍)、◎だいたいこ	麦茶 フルーツゼリー リッツクラッカー
19木	飲むヨーグルト	ごはん、中華風コンスープ、 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、 赤みそ、テンメンジャン(落花生なしのもの)、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	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	牛乳 ちんすこう
20金	豆乳 にんじんスティック	ごはん、鶏のすまし汁、 かれないの西京焼き、 ほうれん草の納豆あえ、 りんご	米、◎小麦粉、玄米、 三温糖	かれない、納豆、鶏ささ身、 ◎油揚げ、西京みそ、◎豆乳	ほうれんそう、りんご、◎こまつな、 ◎干ししいたけ、にんじん、 ◎にんじん、◎ねぎ、みつば、 カットわかめ、◎にんじん	牛乳 手作りうどん
21土	野菜ジュース	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、◎マヨドレ、油	◎牛乳、焼き豚、◎ツナ水煮缶	◎野菜ミックスジュース、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、 パセリ粉	牛乳 ツナのサンドイッチ
23月	 天皇誕生日 					
24火	飲むヨーグルト	★誕生会メニュー★ 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、◎ホットケーキ粉、 じゃがいも、マヨドレ、 ねりごま、◎砂糖	◎牛乳、牛乳、スクランブルエッグ(スノーマン)、 鶏もも肉、サラダチーズ、 ◎ホイップクリーム、スライスチーズ、 あさり、◎無塩バター、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、ブロッコリー、 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 カップケーキ
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、◎スライスチーズ、 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	牛乳 ハムチーズパイ
26木	飲むヨーグルト	わかめごはん、 里芋のみそ汁、 鶏のから揚げ、 野菜スティック、 みかん	米、さといも、マヨドレ、 油、片栗粉、小麦粉、 ◎ホットケーキ粉	◎牛乳、鶏もも肉、白みそ、 赤みそ、油揚げ、◎ヨーグルト(ドリンク)	みかん、ブロッコリー、 だいたいこ、にんじん、 ごぼう、ねぎ、わかめ	牛乳 ココア蒸しパン
27金	豆乳 にんじんスティック	ロールパン、 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	調製豆乳、鶏もも肉、 ヨーグルト(無糖)、バター、 ◎鶏もも肉、◎油揚げ、 ◎豆腐、◎豆乳	むきえだまめ、コーン、 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、 ◎ねぎ、◎にんじん、◎こまつな、 ◎ごぼう、しょうが、◎にんじん	麦茶 きりたんぼ汁
28土	野菜ジュース	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、マヨドレ、 パン粉、油、小麦粉、 玄米	◎牛乳、豚肉(ヒレ)、 ◎ホイップクリーム、 赤みそ、白みそ、 ツナ水煮缶、油揚げ	◎野菜ミックスジュース、 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	561kcal	22.4g	17.5g	241mg	2.4mg	186μg	0.31mg	0.35mg	20mg
3歳未満児	524kcal	21.0g	16.3g	225mg	2.3mg	199μg	0.28mg	0.31mg	21mg

☆ 今月の行事食 ☆

3日：節分
5日：第五の日
(黒糖ちんすこう又はきなこちんすこう)
13日：精進料理・二の午
24日：誕生会

・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。

※第五の日 黒糖ちんすこう、きなこちんすこうのどちらかを選びます。

※26日 愛・和組はお弁当給食となります。(わかめ・ゆかりおにぎり、鶏のから揚げ、アンパンマンポテト、温野菜、みかん)

