



令和8年2月 献立表



打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
02 月	ごはん,カレー,フレンチサラダ	米(60g),／牛肉(35g),じやがいも(50g),にんじん(25g),たまねぎ(30g),油(1g),カレールウ(14g),／キャベツ(40g),にんじん(10g),ホールコーン(5g),フレンチドレッシング(白)※卵抜き(4g),／牛乳(120g),／バナナ,／ぱりんこ(1袋)(8g),	牛乳120,バナナ,ぱりんこ
03 火	ごはん,チリコンカーン,野菜スープ	米(55g),／だいす(ゆで)(66g),合挽ミンチ(36g),たまねぎ(25g),油(1g),片栗粉(1g),顆粒コンソメ(1g),水(40g),トマトピューレ(15g),砂糖(2g),食塩(0g),こしょう(0g),／たまねぎ(15g),キャベツ(20g),にんじん(15g),ホールコーン(5g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),／牛乳(120g),／米粉(20g),ベーキングパウダー(1g),かぼちゃ(15g),成分無調整豆乳(25g),レモン(1g),砂糖(6g),サラダ油(8g),／薄焼きサラダ,	牛乳120,マドレヌ,薄焼きサラダ
04 水	ワインナーパン(乳、卵),ショコラロールパン(乳、卵),野菜スープ	ワインナーパン(乳、卵),ショコラロールパン(乳、卵),／たまねぎ(15g),キャベツ(20g),にんじん(15g),ホールコーン(5g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),／牛乳(120g),／さつまいも(50g),砂糖(12g),粉寒天(0.4g),水(50g),／星たべよ,	牛乳120,芋ようかん,星たべよ
05 木	ごはん,鶏の柔焼き,大根の炒め煮,玉ねぎのすまし汁	米(55g),／鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),酒(2g),しょうゆ(2g),砂糖(1g),／だいこん(50g),にんじん(5g),薄揚げ(3g),油(2g),砂糖(2g),しょうゆ(2g),粉花鰹(1g),／たまねぎ(30g),にんじん(15g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),しょうゆ(3g),食塩(0g),／牛乳(120g),／ヨーグルト,／芋けんぴ,	牛乳120,ヨーグルト,芋けんぴ
06 金	ごはん,豚肉のノルウェー風,ごま和え,味噌汁	米(55g),／豚肉(1枚60g)(60g),しょうが(1g),しょうゆ(2g),酒(2g),片栗粉(8g),ケチャップ(10g),ウスターソース(3g),砂糖(3g),油(5g),／チリメン(3g),キャベツ(25g),きゅうり(20g),にんじん(5g),酢(2g),砂糖(2g),しょうゆ(2g),すりごま(1g),／木綿豆腐(35g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／りんご(1/6個)(45g),／揚げせんべい,	牛乳120,りんご,揚げせんべい
07 土	ごはん(ふりかけ),コーンラーメン	米(45g),／ふりかけ／麺(100g),／豚肉(35g),ホールコーン(20g),わかめ(0g),キャベツ(20g),にんじん(15g),もやし(8g),顆粒コンソメ(0.8g),しょうゆ(3g),食塩(0.3g),ごま油(0.8g),煮干し(2g),／ゼリー,／ぼたぼた焼き,	牛乳120,ゼリー,ぼたぼた焼き
09 月	ごはん,鶏肉のBBQソース焼き,コールスローサラダ,豆腐と玉ねぎのスープ	米(55g),／鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),ケチャップ(4g),ウスターソース(4g),しょうゆ(1g),にんにく(1g),／キャベツ(40g),きゅうり(5g),にんじん(10g),ホールコーン(5g),マヨネーズ(6g),／木綿豆腐(30g),たまねぎ(20g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),食塩(0g),しょうゆ(3g),／牛乳(120g),／えびちび(1袋)(12g),／みかん缶(40g),	牛乳120,えびちび,みかん缶
10 火	お弁当の日,具沢山味噌汁	わかめ(0g),キャベツ(15g),たまねぎ(15g),にんじん(15g),みそ(10g),煮干し(3g),／牛乳(120g),／ホットケーキミックス(30g),にんじん(20g),砂糖(5g),絹ごし豆腐(30g),油(6g),／ぱりんこ,	牛乳120,人参ドーナツ,ぱりんこ
12 木	ごはん,鯖の生姜煮,白菜のお浸し,大根の味噌汁	米(55g),／さば(1切れ60g)(60g),しょうが(1g),砂糖(3g),しょうゆ(3g),酒(1g),水(20g),／はくさい(70g),にんじん(10g),ほれんそう(20g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),／だいこん(20g),わかめ(0g),薄揚げ(5g),煮干し(3g),みそ(10g),／牛乳(120g),／じやがいも(30g),だんご粉(20g),砂糖(7g),食塩(0.1g),油(3g),／星たべよ,	牛乳120,じやがいも,星たべよ,
13 金	ごはん,ブロッコリーのシチュー,大豆とひじきのサラダ	米(55g),／鶏肉(35g),ブロッコリー(20g),たまねぎ(33g),じやがいも(30g),にんじん(20g),シチュー(12g),油(2g),／だいす(ゆで)(10g),ひじき(乾)(1g),砂糖(2g),キャベツ(20g),にんじん(15g),しょうゆ(2g),酢(2g),油(1g),ごま油(1g),／牛乳(120g),／プリン(乳なし,卵なし),／薄焼きサラダ,	牛乳120,プリン(乳なし,卵なし),薄焼きサラダ
14 土	ごはん(ふりかけ),五目うどん	米(45g),／ふりかけ,／茹でうどん(100g),鶏肉(30g),たまねぎ(30g),にんじん(20g),干しいたけ(1g),青ねぎ(3g),わかめ(0.3g),しょうゆ(4g),食塩(0.3g),みりん(1g),昆布(1g),花かつお(2g),／ゼリー,／ぼたぼた焼き,	牛乳120,ゼリー,ぼたぼた焼き
16 月	ごはん,カレー,フレンチサラダ	米(60g),／牛肉(35g),じやがいも(50g),にんじん(25g),たまねぎ(30g),油(1g),カレールウ(14g),／キャベツ(40g),にんじん(10g),ホールコーン(5g),フレンチドレッシング(白)※卵抜き(4g),／牛乳(120g),／バナナ,／ぱりんこ(1袋)(8g),	牛乳120,バナナ,ぱりんこ

※お弁当の日…10日(火)

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)

※使用量の数値は小数点第一位以下が四捨五入された値です。

※3歳以上 100%、3歳未満 80%、完了期 70%