



## 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
17 火	ごはん,チリコンカーン,野菜スープ	米(55g),/だいすき(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,マドレーヌ,薄焼きサラダ
18 水	ガパオ風ライス,茹でキャベツ,きのこスープ	牛乳(0g),/米(60g),こしょう(0g),豚ひき肉(50g),にんじん(15g),たまねぎ(40g),ピーマン(10g),赤ピーマン(15g),ホールコーン(8g),ウスターソース(4g),砂糖(3g),カレー粉(0g),しょうが(1g),にんにく(1g),食塩(0g),こしょう(0g),しょうゆ(3g),油(1g),/キャベツ(40g),にんじん(10g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),/えのきたけ(13g),しめじ(13g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),顆粒コンソメ(1g),食塩(0g),しょうゆ(2g),/牛乳(120g),/桃缶,/*星たべよ,	牛乳120,桃缶,星たべよ
19 木	ごはん,筑前煮,豆腐の味噌汁	米(55g),/鶏肉(35g),にんじん(25g),糸こんにゃく(15g),ごぼう(10g),干ししいたけ(1g),三度豆(6g),れんこん(20g),油(1g),砂糖(3g),しょうゆ(3g),しいたけだし(20g),/木綿豆腐(33g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/ヨーグルト,/*芋けんぴ	牛乳120,ヨーグルト,芋けんぴ
20 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),/じやがいも(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
21 土	ごはん(ぶりかけ),コーンラーメン	米(45g),/ぶりかけ/麺(100g),/豚肉(35g),ホールコーン(20g),わかつめ(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,/*ほたほた焼き,	牛乳120,ゼリー,/*ほたほた焼き
24 火	ごはん,南瓜の鶏肉炒り煮,野菜味噌汁	米(55g),/かぼちゃ(85g),鶏肉(35g),たまねぎ(20g),にんじん(15g),三度豆(5g),油(2g),煮干し(2g),みりん(1g),砂糖(2g),しょうゆ(2g),/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),/じやがいも(30g),だんご粉(20g),砂糖(7g),食塩(0.1g),油(3g),/薄焼きサラダ,	牛乳120,じやがいも,薄焼きサラダ,
25 水	ごはん,白菜と豚肉の旨煮,春雨のすまし汁	米(55g),/豚肉(35g),はくさい(50g),にんじん(20g),たまねぎ(20g),こまつな(5g),厚揚げ(15g),油(2g),しょうゆ(5g),砂糖(3g),煮干し(1g),みりん(1g),/はるさめ(5g),たまねぎ(10g),にんじん(10g),青ねぎ(3g),わかめ(0g),煮干し(3g),食塩(0g),しょうゆ(3g),/牛乳(120g),/さつまいも(250g程度)(75g),/ぱりんこ,	牛乳120,ふかし芋,ぱりんこ
26 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),/米粉(15g),コーンスター(5g),ベーキングパウダー(1.2g),砂糖(10g),ココア(ピュアココア)(2g),水(20g),/星たべよ,	牛乳120,ココア蒸しまんじゅう,星たべよ
27 金	ごはん,鶏肉のBBQソース焼き,コーラスローサラダ,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
28 土	ごはん(ぶりかけ),五目うどん	米(45g),/ぶりかけ,/*茹でうどん(100g),鶏肉(30g),たまねぎ(30g),にんじん(20g),干ししいたけ(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,/*ほたほた焼き,	牛乳120,ゼリー,/*ほたほた焼き

※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%