



献立表

2026年02月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
02月 	さんどういっち、ちーず、すとろベリー、じゃむ、むにえるといこく、くーむすーぶ、ぶいん	牛乳、／サブレ、／ロールパン、きゅうり、ブロッコリー、マヨネーズ、／チーズ、／いちごジャム、／鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、油、／クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、水、牛乳、コンソメ、食塩、／プリン、／麦茶(浸出液)、／塩せんべい、	◎牛乳,◎サブレ、 麦茶,せんべい	548(564) 25.6(24.6) 19.9(22.1) 3.5(2.9)
03火	食パン、五目ラーメン、シューマイ、バナナ 	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／食パン、／生中華めん、キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、ごま油、焼き豚、カットわかめ、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、／しゅうまい(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／うまい棒、	◎ヨーグルト,◎せんべい、牛乳、恵方巻お菓子	493(408) 22.0(17.1) 14.6(8.9) 5.6(4.4)
04水	御飯、鯖のカレー、竜田、ひじきの煮物、みそ汁(キャベツ・人参)、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／さば、食塩、酒、カレー粉、片栗粉、油、／ひじき、にんじん、油揚げ、油、砂糖、しょうゆ、みりん、水、ほんだし、／キャベツ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／オレンジ、／牛乳、／ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、メープルシロップ、	◎牛乳,◎ビスケット、牛乳、ホットケーキ	611(561) 24.1(21.1) 23.0(20.9) 4.0(3.4)
05木	ハヤシライス、フレンチサラダ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルウ、バター、ケチャップ、ウスターソース、／キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、食塩、砂糖、／バナナ、／牛乳、／コッペパン、	◎牛乳,◎せんべい、牛乳、コッペパン(ジャム&マーガリン)	599(536) 20.1(18.1) 18.5(16.4) 6.0(4.8)
06金	御飯、メンチカツ、かいどうサラダ、みそ汁(かぶ、あげ)、みかん	牛乳、／ビスケット、／米、／メンチカツ(冷凍)、／カットわかめ、もやし、キャベツ、ごま油、しょうゆ、砂糖、酢、食塩、／かぶ、かぶ・葉、油揚げ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／みかん、／牛乳、／野菜かりんとう、	◎牛乳,◎ビスケット、牛乳、野菜かりんとう	584(546) 19.0(17.5) 16.1(15.9) 2.5(2.1)
07土	おにぎり、コロケ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／ミートコロケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい、牛乳、せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
09月	御飯、肉じゃが、小松菜のあえ物、みそ汁(だいこん・えのき)、バナナ	牛乳、／サブレ、／米、／豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩、／こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、／だいこん、えのきたけ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／バナナ、／牛乳、／ソーセージ(混合)、小麦粉、ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、油、	◎牛乳,◎サブレ、牛乳、アメリカンドッグ	589(548) 21.6(19.2) 21.9(20.6) 6.5(5.1)
10火	チョコパン、スバゲティ、ボリタン、ポイル、ブロッコリー、コンソメスープ、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／チョコパン、／スバゲティー、油、ウインナー、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、／ブロッコリー、食塩、／キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、／オレンジ、／牛乳、／じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、	◎牛乳,◎ビスケット、牛乳、いもち	511(484) 17.1(15.7) 20.1(18.5) 10.8(8.2)
11水	建国記念の日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
12木	御飯、さけの塩焼き、きんぴら、ごぼう、みそ汁(こまつな・なめこ)、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／米、／さけ、食塩、／ごぼう、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、／こまつな、たまねぎ、なめこ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、／バナナ、／牛乳、／フレンチフライポテト(冷凍)、油、食塩、ケチャップ、	◎牛乳,◎せんべい、牛乳、フライドポテト	547(484) 23.5(19.8) 16.8(14.5) 3.2(2.4)
13金	御飯、鶏の唐揚げ、白菜とハムのサラダ、わかめスープ、オレンジ	牛乳、／ビスケット、／米、／鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、／はくさい、コーン缶、ハム、フレンチドレッシング(分離型)、／カットわかめ、ねぎ、コーン缶、水、中華だしの素、食塩、／オレンジ、／牛乳、／スティックパン、	◎牛乳,◎ビスケット、牛乳、スティックパン	574(541) 26.1(23.1) 17.4(16.7) 2.6(2.2)
14土	おにぎり、メンチカツ、バナナ	牛乳、／塩せんべい、／おにぎり、／メンチカツ(冷凍)、／バナナ、／牛乳、／揚げせんべい、	◎牛乳,◎せんべい、牛乳、せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)
16月	御飯、炒り豆腐(鶏肉・卵)、キャベツのカレー、マヨサラダ、白菜スープ、バナナ	牛乳、／サブレ、／米、／木綿豆腐、鶏ひき肉、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵、いんげん、／キャベツ、にんじん、ちくわ、マヨネーズ、食塩、カレー粉、／はくさい、にんじん、油、水、食塩、しょうゆ、中華だしの素、／バナナ、／麦茶(浸出液)、／ゼリー、／塩せんべい、	◎牛乳,◎サブレ、麦茶、りんごゼリー、せんべい	486(508) 13.5(14.4) 11.1(14.7) 3.5(2.9)
17火	きつねうどん、小松菜とささみのごまサラダ、オレンジ	元気ヨーグルト、／塩せんべい、／ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、カットわかめ、にんじん、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、本みりん、／鶏ささ身、酒、こまつな、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ、すりごま、／オレンジ、／牛乳、／食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖、	◎ヨーグルト,◎せんべい、牛乳、ラスク	423(368) 18.5(14.8) 16.8(11.4) 4.1(3.3)

献立表

2026年02月

持田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (〇は10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
18 水	御飯、鮭のフライ、ポテトサラダ、味噌汁(えのき)、バナナ	牛乳、/ビスケット、/米、/さけ、食塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース・濃厚ソース、/じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩、/焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、食塩、/バナナ、/牛乳、/マカロニ・スパゲティ、きな粉、砂糖、食塩、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、マカロニきな粉	625(560) 26.8(22.3) 19.4(17.8) 7.0(5.3)
19 木	御飯、鶏肉のケチャップ煮、ほうれん草とコーンの和え物、ポテトスープ、オレンジ	牛乳、/塩せんべい、/米、/鶏もも肉、食塩、こしょう、小麦粉、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖、/ほうれん草、もやし、コーン缶、砂糖、しょうゆ、ごま油、/じゃがいも、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩、/オレンジ、/牛乳、/カステラ、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、カステラ	551(500) 22.6(20.1) 14.1(12.9) 4.7(3.8)
20 金	御飯、ひき肉カレー、もやしとわかめのナムル、バナナ	牛乳、/ビスケット、/米、/豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、牛乳、カレーウ、油、ウスターソース、バター、/もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、しょうゆ、ごま、/バナナ、/麦茶(浸出液)、/元気ヨーグルト、/スナッククラッカー、	◎牛乳、◎ビスケット、麦茶、ヨーグルト、クラッカー	526(509) 13.4(14.6) 16.8(17.1) 6.1(5.1)
21 土	おにぎり、コロッケ、バナナ	牛乳、/塩せんべい、/おにぎり、/ミートコロッケ(冷凍)、ウスターソース・濃厚ソース、/バナナ、/牛乳、/揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	484(440) 13.2(12.5) 13.5(12.2) 0.8(0.7)
23 月	天皇誕生日			0(0) 0.0(0.0) 0.0(0.0) 0.0(0.0)
24 火	御飯、タンドリーチキン、大根サラダ、野菜スープ、バナナ	元気ヨーグルト、/塩せんべい、/米、/鶏もも肉、食塩、しょうゆ、にんにく、カレー粉、ヨーグルト(無糖)、ケチャップ、/だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、油、酢、しょうゆ、砂糖、/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩、/バナナ、/牛乳、/焼きそばめん、豚肉(肩)、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース、	◎ヨーグルト、◎せんべい、牛乳、おやつ焼きそば	557(466) 26.7(21.4) 17.4(11.6) 4.9(3.7)
25 水	御飯、酢豚、中華風和え物、かき玉汁、オレンジ	牛乳、/ビスケット、/米、/豚肉(もも・脂身付)、酒、しょうゆ、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、ごま油、ケチャップ、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/だいこん、もやし、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、/卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし、片栗粉、/オレンジ、/アップル&キャロットジュース、/塩せんべい、	◎牛乳、◎ビスケット、ジュース、せんべい	534(545) 15.9(17.1) 11.1(13.8) 4.2(3.7)
26 木	キッズビビンバ、粉ふき芋、春雨スープ、バナナ	牛乳、/塩せんべい、/米、豚ひき肉、鶏ひき肉、油、ねぎ、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、にんじん、水、食塩、ごま油、ほうれん草、しょうゆ、ごま油、ごま、/じゃがいも、食塩、パセリ粉、/だいこん、にんじん、はるさめ、水、食塩、中華だし、素、/バナナ、/牛乳、/ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、油、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、とうふドーナツ	567(488) 20.3(17.3) 21.9(17.7) 4.6(3.5)
27 金	御飯、かじきとごぼうの煮つけ、酢の物、みそ汁(大根・玉ねぎ)、みかん	牛乳、/ビスケット、/米、/かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、ごぼう、/カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、食酢(米酢)、砂糖、しょうゆ、/だいこん、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし、/みかん、/牛乳、/コーンフレーク、ココア(ビュアココア)、	◎牛乳、◎ビスケット、牛乳、コーンフレーク(ココア)	526(492) 22.9(20.5) 12.1(12.6) 3.0(2.6)
28 土	おにぎり、メンチカツ、バナナ	牛乳、/塩せんべい、/おにぎり、/メンチカツ(冷凍)、/バナナ、/牛乳、/揚げせんべい、	◎牛乳、◎せんべい、牛乳、せんべい	506(458) 16.4(15.1) 14.9(13.3) 0.8(0.7)

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。



2月2日の給食は、ゆり組さんが考えてくれた特別メニューです。

☆今月のひとこと☆

暦の上では「春」を迎えますが、1年で最も寒さの厳しい時期です。
季節の変わり目は体調を崩しがちです。
体を温めて風邪を予防し、寒い季節を乗り切りましょう。



今年の節分は、
2月3日です。

**福を呼ぶ
豆まき**

節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆=「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。